كريم امصنصف



نظرات جديدة في الدعاء في ضوء علم النفس

محاولة لإدراك الحكمة التشريعية ومقاصد عبادة الدعاء من القرآن والسنة في ضوء علم النفس







نظرات جديدة في الدعاء في ضوء علم النفس ● بقلم: كريم امصنصف ● الناشر: كريمكناس 79 ناشرون ● KIM

نظرات جديدة في الدعاء في ضوء علم النفس

محاولة لإدراك الحكمة التشريعية ومقاصد عبادة الدعاء من القرآن والسنة في ضوء علم النفس

إن بحث الدعاء في ضوء علم النفس تكمن أهميته في تزكية وتعزيز الحياة الروحية، التي يكاد يخبو ضوؤها في عصر السرعة المادي والذي كثرت فيه المشاكل النفسية، وخلصت فيه إلى أن للدعاء دورا فعالا في حماية الصحة النفسية بل وحتى في علاجها. إذ أن العلاقة بين المريض والطبيب مبنية على الثقة، والطبيب النفسي البارع ليس هو من يحسن الاستماع فقط، بل والذي يشخص الحالة المرضية جيدا، ليقدم العلاج المناسب لها.. وكذلك الدعاء نجده يتفهم دوافع وانفعالات السلوك الفطري، فيقدم لها الحل المناسب، كيف لا والطبيب هو الله.. وبما أن العلاقة بين العبد والرب مبنية على الإيمان فإن الدعاء عبادة يؤجر عنها، أما عيادة الطبيب فيدفع الأجرة عنها.. فجاء هذا الكتيب الدعاء وعلم النفس كمحاولة لإدراك الحكمة التشريعية ومقاصد عبادة الدعاء من القرآن والسنة في ضوء علم النفس.

المؤلف في سطور



- أذ. كريم امصنصف: مغربي من مواليد 1979م - بمكناس.
- باحث شرعي مستقل، رقم معرف الباحث: arid.my/0001-7902
- عضو باحث بمنصة وأكاديمية إيفاد العلمية (IFAD).
- مدرس العلوم الشرعية بالتعليم العتيق (سابقا).
- مدرب معتمد بالأكاديمية العربية الدولية للتعليم العالي (سابقا).
- عضو بأكاديمية علم النفس (acofps) بجده (سابقا).
- مجاز في الدراسات الإسلامية من جامعة مولاي إسماعيل بالمغرب، 2004م.
- وحاصل على دبلوم تخصص علم النفس من الأكاديمية العربية الدولية للتعليم العالي 2019.
- حاصل على دبلوم تخصص علم النفس التربوي من الأكاديمية العربية الدولية للتعليم العالي 2018.
- حاصل على العديد من الشهادات التكوينية في مساقات علم النفس منها:
- قضايا سيكولوجية من أكاديمية نماء 2023.
- الطب النفسي بجامعة عين شمس عبر منصة معارف 2021.
- مقدمة في علم النفس من منصة معارف التعليمية للتعليم الرقمي 2021.
- إدارة القلق والصدمات النفسية من منصة إدراك 2020.
- الاضطرابات النفسية من منصة إدراك 2019.
- مدخل إلى علم النفس من جامعة يل عبر منصة (coursera) 2019.
- مدخل إلى علم النفس من جامعة تورونتو عبر منصة (coursera) 2017.
- أساسيات الدعم النفسي من منصة رواق للتعليم 2016.
- حاصل على وسام ناشر متميز من أريد (2018)، ومن مؤلفاته:
- نظرات جديدة في تفسير سورة الفاتحة (تفسير موضوعي في ضوء عبادة الدعاء).
- كتاب تقريب وتهذيب تفسير الأحلام لسيغموند فرويد.
- مقال البنية النفسية الثلاثية للشخصية عند فرويد في ميزان القرآن، منشور بمنتدى موقع أكاديمية علم النفس (acofps) بجده.

كريمكناس 79 ناشرون

الخاصة والمحدودة للنشر الإلكتروني الحر

karimeknes79.editeurs@gmail.com
karimeknes79editeurs@yahoo.com

كتبنا للملايين بلا ملاليم



EBIN: 1-9-11-250507



karimeknes 79

نظرات جديدة في الدعاء في ضوء علم النفس

محاولة لإدراك الحكمة التشريعية ومقاصد عبادة الدعاء
من القرآن والسنة في ضوء علم النفس

بقلم:

كريم امصنصف

كريمكناس 79 ناشرون

karimeknes79.editeurs@gmail.com
karimeknes79editeurs@yahoo.com

عنوان الكتاب: **نظرات جديدة في الدعاء في ضوء علم النفس**

العنوان الفرعي: **محاولة لإدراك الحكمة التشريعية ومقاصد عبادة الدعاء من القرآن والسنة في ضوء علم النفس**

التصنيف: **علم النفس**

المؤلف: **كريم امصنصف**

التدقيق اللغوي: **حسين سعد – سلسبيل بهاء – هدير جودة – نشوة سمير علي سليمان**

الناشر: **كريمكناس79 ناشرون الخاصة والمحدودة للنشر الإلكتروني الحر للدراسات الإسلامية**

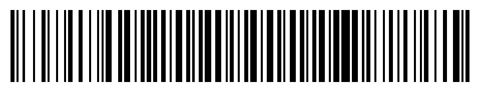
النسخة: **العاشرة** 2024 **(نسخة خاصة معدلة، ومزيدة، ومصححة، ومنقحة).**

عدد الصفحات: **68** ص، **14,5x21** سم.

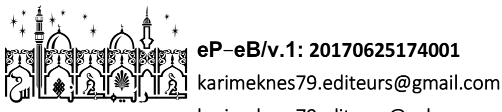
إبين: 1-9-11-250507



بعض الحقوق محفوظة بموجب رخصة المشاع الإبداعي العمومية الدولية (CC BY NC ND 4.0) للاستخدام غير التجاري، تسمح بالمشاركة بأي وسيلة أو تنسيق (نسخ وتوزيع ونقل العمل لأي وسيط أو شكل)، دون تعديل (المزج-التحويل-الإضافة على العمل)، مع نسبة المصنف للمؤلف (بطريقة مناسبة، وتوفير رابط للترخيص، وبيان إذا ما قد أجريت أي تعديلات على العمل).







ePeB/v.1: 20170625174001

كريمكناس79 ناشرون

عنوان البريد الإلكتروني: karimeknes79.editeurs@gmail.com

karimeknes79editeurs@yahoo.com

الموقع الإلكتروني: https://sites.google.com/view/karimeknes79-editeurs

https://karimeknes79editeurs.webnode.fr

صفحتنا على الفيسبوك: https://www.facebook.com/karimeknes79editeurs

قراءة ماتعة نافعة

قالوا عن الكتاب

- "رائع، أسلوبك مميز، لقد كان سمري البارحة مع ما كتبت، تجمع ما بين الدين وعلم النفس وهذا رائع".

أ.د: **كريمة بحرة** (مخبر علم النفس وعلوم التربية/ جامعة وهران الجزائر).

- "أرسل إليكم خالص التحايا محملة بكل آيات الشكر للسماح لي بهذه الجرعة الروحية في عالم الدعاء، بارك الله في المؤلف المميز".

د. نشوة سمير علي سليمان (تخصص علم نفس تربوي/ جامعة قناة السويس مصر).

- "إنه فعلًا متميز".

أ.د: الشيخ عبد السلام الحصين (عضو هيئة التدريس في كلية الشريعة والدراسات الإسلامية بالإحساء، فرع جامعة الإمام محمد بن سعود الإسلامية).

- كلمة موقع "**ONLINEREADER**":

"أعزاؤنا القراء، نرحب بكم في الموقع المذهل "القارئ على الإنترنت" مع مجموعة مختارة من أفضل الكتب العالمية التي يمكنك قراءتها عبر الإنترنت وأيضًا مجانًا.

نختار بعناية أكثر الكتب إثارةً للاهتمام من جميع أنحاء العالم؛ يوجد الكثير من المؤلفين المثيرين للاهتمام على هذا الكوكب، ويسعدنا الآن أن هناك فرصة لقراءة كتبهم عبر الإنترنت.

(الدعاء وعلم النفس) إقرأ على الإنترنت واحدًا من أكثر الكتب شعبية على هذا الكوكب، من سيد القلم الرائع وغير المتكرر: (كريم امصنصف)، المؤلف لديه موهبة لا يمكن تصورها في كتابة أفكار ممتازة تسرح بفكرك؛ يحتوي الكتاب على العديد من المعجبين والمشجعين، (...) ما يزال بإمكانك إضافة المزيد حول هذا الكتاب الرائع، والذي يمكنك قراءته مجانًا على موقعنا على الويب. وفي الحقيقة إن فريقنا؛ فريق المحررين (القارئ على الإنترنت) يوصي بشدة بهذه التحفة للقراءة، ولن تندم على الوقت الذي تقضيه في هذا الكتاب لأنه من المرجح أن تقرأه في أمسيتين أو في يوم واحد. إنه مدخل رائع في الأدب، وكتاب مثير للاهتمام نضع له 10/10 نقاط[1] من أجل الحبكة والمساهمة في تطوير الأدب".

(alkutub.iconicretouch.com) اهـ/ مترجم عن الإنجليزية بتصرف بسيط.

(1) موقع Books online منحه بعد سنة: 10/7 نقطة.

مقدمة



الحمد لله رب العالمين، والصلاة والسلام على نبينا محمد أشرف المرسلين، أمّا بعد؛ إنّ العلوم الإنسانية تدرس الواقع الإنساني بحوادثه المختلفة؛ لتجلو ثوابته وتتفهم اتجاهاته، ومن أقسام العلوم الإنسانية الثلاثة: علم النفس الذي يدرس سلوك الإنسان كفرد.

ومن مظاهر عناية الإسلام بالعلوم الإنسانية عامة وعلم النفس خاصة: عبادة الدعاء نموذجا؛ "فإذا استعرضنا الحياة كلها؛ لوجدنا أنها بالنسبة للمؤمن حلقات اتصال بالله ﷻ لا تنتهي، وأن أساسها هو الدعاء"(1)، لقوله ﷻ: ﴿ٱدۡعُونِيٓ أَسۡتَجِبۡ لَكُمۡ﴾ [غافر: 60]، فالدعاء عبادة مطلوبة شرعًا لقوله ﷻ: ﴿إِيَّاكَ نَعۡبُدُ وَإِيَّاكَ نَسۡتَعِينُ﴾ [الفاتحة: 5]، أي ندعوك وحدك في كل ظرف وزمان ومكان؛ لأن الدعاء ظل الإنسان، وأنيسه، وونيسه في كل حال وعصر ومَصر، ومن قبل المهد(2) وإلى ما

(1) الدعاء المستجاب شروطه وآدابه للشعراوي، ص: 69، بتصرف بسيط.

(2) عن رسول الله ﷺ قال: «أما إنَّ أحدَكم إذا أتى أهلَه، وقال: بسمِ اللهِ، اللهمَّ =

بعد اللحد[1]، فهو رفيقه وسلاحه الدائم حيث حل وارتحل؛ لأنه من المحال دوام الحال.

وَلِمَا كان للدعاء من كبير أهمية في حياة الإنسان عامة وفي الإسلام خاصة لقول رسول الله ﷺ: «أن الدعاء هو العبادة»[2]، فقد آثرت في هذا البحث "الدعاء وعلم النفس"[3] محاولة إدراك الحكمة التشريعية، ومقاصد عبادة الدعاء من القرآن والسنة في ضوء علم النفس، وذلك من خلال مبحثين:

الأول: يتطرق لمراعاة الدعاء لدوافع وانفعالات السلوك الفطري

= جَنِّبْنا الشيطانَ وجَنِّبِ الشيطانَ ما رزَقْتَنا، فرُزِقا ولَدًا لم يَضُرَّه الشيطانُ». رواه البخاري في صحيحه عن عبد الله بن عباس رضي الله عنه.

(1) عن رسول الله ﷺ قال: «إذا مات الإنسانُ انقطع عنه عملُه إلا من ثلاث: إلا من صدقةٍ جاريةٍ، أو علمٍ ينتفعُ به، أو ولدٍ صالحٍ يدعو له». رواه مسلم في صحيحه عن أبي هريرة رضي الله عنه.

(2) حديث صحيح، أخرجه الألباني في صحيح ابن ماجه، وصحيح الأدب المفرد، من رواية النعمان بن بشير رضي الله عنه.

(3) في الأصل كان هذا الكتاب "الدعاء وعلم النفس" عرضا أعددته لمادة علم النفس، للسنة الثانية من السلك الأول شعبة الدراسات الإسلامية، بكلية الآداب والعلوم الإنسانية بمكناس، بتاريخ 2001/11/19 م، وطلبت مني أستاذة المادة أن ألقيه أمام الطلبة. ثم يُسر لي –ولله الحمد– أن أعدت النظر فيه تصحيحًا وتنقيحًا وزيادة في العشر الأواخر من شهر رمضان عام 1438 هـ.

التي تعد من مبادئ علم النفس الحديث.

والثاني: –وهو الأهم– يتمثل في أهمية الدعاء كعلاج نفسي للفرد.

وتكمن أهمية بحث الدعاء في ضوء علم النفس في تزكية وتعزيز الحياة الروحية، التي يكاد يخبو ضوؤها في عصر السرعة المادي والذي كثرت فيه المشاكل النفسية، وخلصت فيه إلى أن للدعاء دورا فعالا في حماية الصحة النفسية بل وحتى في علاجها. إذ أن العلاقة بين المريض والطبيب مبنية على الثقة، والطبيب النفسي البارع ليس هو من يحسن الاستماع فقط، بل والذي يشخص الحالة المرضية جيدا، ليقدم العلاج المناسب لها.. وكذلك الدعاء نجده يراعي دوافع وانفعالات السلوك الفطري، فيقدم لها الحل المناسب، كيف لا والطبيب هو الرب.. وبما أن العلاقة بين العبد والرب مبنية على الإيمان فإن الدعاء عبادة يؤجر عنها، أما عيادة الطبيب فيدفع الأجرة عنها.. فجاء هذا الكتيب نظرات جديدة في عبادة الدعاء كمحاولة لإدراك الحكمة التشريعية ومقاصد عبادة الدعاء من القرآن والسنة في ضوء علم النفس.

كريم امصنصف

بمكناس فجر صبيحة الأحد 30 رمضان 1438 هـ

المبحث الأول: الدعاء وعلم النفس التحليلي

المطلب الأول: مدخل إلى مفهوم الدعاء وعلاقته بعلم النفس

أولا: مفهوم الدعاء:

إن معنى الدعاء السؤال والطلب لقوله ﷻ: ﴿قَالَ رَبِّ إِنِّي وَهَنَ ٱلْعَظْمُ مِنِّي وَٱشْتَعَلَ ٱلرَّأْسُ شَيْبًا وَلَمْ أَكُنۢ بِدُعَآئِكَ رَبِّ شَقِيًّا﴾ [مريم: 4]، ودعاء الله: عبادته لقوله ﷻ: ﴿وَأَعْتَزِلُكُمْ وَمَا تَدْعُونَ مِن دُونِ ٱللَّهِ وَأَدْعُواْ رَبِّي عَسَىٰٓ أَلَّآ أَكُونَ بِدُعَآءِ رَبِّي شَقِيًّا﴾ [مريم: 48]، والدُّعَاءُ: الرَّغْبَةُ إِلَى اللهِ تَعَالَى فِيمَا عِنْدَهُ مِنَ الخَيْرِ وَالابْتِهَالُ إِلَيْهِ بِالسُّؤَالِ لقوله ﷻ: ﴿هُنَالِكَ دَعَا زَكَرِيَّا رَبَّهُۥۖ قَالَ رَبِّ هَبْ لِي مِن لَّدُنكَ ذُرِّيَّةً طَيِّبَةًۖ إِنَّكَ سَمِيعُ ٱلدُّعَآءِ﴾ [آل عمران: 38]، وعند سيبويه الدُّعَاءُ: طَلَبُ حُصُولِ الفِعْلِ أَوِ النَّهِي عَنْهُ مُوَجَّهًا مِنَ الأَدْنَى إِلَى الأَعْلَى، [قال]: "وَاعْلَمْ أَنَّ الدُّعَاءَ بِمَنْزِلَةِ الأَمْرِ وَالنَّهْيِ، وَإِنَّمَا قِيلَ: "دُعَاءٌ" لِأَنَّهُ اسْتُعْظِمَ أَنْ يُقَالَ: أَمْرٌ أَوْ نَهْيٌ؛ وَذَلِكَ قَوْلُكَ: اللهم زَيْدًا فَاغْفِرْ ذَنْبَهُ، وَزَيْدًا فَأَصْلِحْ شَأْنَهُ، وَعَمْرًا لِيَجْزِهِ اللهُ خَيْرًا "[1].

---

(1) كتاب سيبويه، تحقيق: عبد السلام هارون، الخانجي، القاهرة، 1988 م،=

ومعنى الدعاء في قاموس اللغة العربية المعاصرة: ما يُبْتَهَل ويُتَضَرَّع به إلى الله من القول، أو ما يُتَوَسَّل به إلى كبير أو عظيم.

ويمكننا أن نعرف الدُّعاءَ شرعًا بأنه: ما يُدْعَى به الله من القول رغبة فيه، وفيما عنده من خير واستعاذة به من كل شر.

إن هذا التعريف هو محصلة ما وقفت عليه من تعاريف العلماء للدعاء، فهو يشمل الدعاء بقسميه: دعاء العبادة [الرغبة إلى الله]، ودعاء المسألة [سؤال العبد ربه حاجته لما يريد من جلب منفعة، أو دفع مضرة]، وقولنا: "رغبة فيه" مشعر بإخلاص النية لله فيغنينا عن ذكره في نهاية التعريف، ومعنى قولنا: "ما يدعى به الله من قول" أي مناداة العبد ربه لاستمداده المعونة.

والدعاء عبادة قولية لا تجوز لغير الله، ويستحب أن تكون مسبوقة بفعل الخيرات من تلاوة للذكر الحكيم، وتنفُّل [صلاة/ صيام]، وتصدق.

ومن وجوه معاني الدعاء: الدعاء بمعنى العبادة والصلاة، والدعاء بمعنى الاستعانة والاستغاثة.

ومن الألفاظ المستعملة في معنى الدعاء: الصلاة، والقنوت،

= 142/1، وانظر كلمة (دعاء) بمعجم الدوحة التاريخي للغة العربية، موقع إلكتروني.

والابتهال، والتضرع، والحمد، والشكر، والتسبيح والذكر، والتعوذ.

ثانيا: الدعاء وعلم النفس[1]:

قد يقول البعض: ما علاقة الدعاء بعلم النفس؟! بل ما علاقة الدين بعلم النفس أساسا؟!

والرد سيكون بالتدرج من العام إلى الخاص، وعليه سنبدأ بإيضاح العلاقة بين الدين وعلم النفس أولا، وفي هذا الصدد قال د. رامز طه: "إذا كان البعض يدعي أن الطب النفسي (Psychiatry) وعلم النفس (Psychology) لا علاقة لهما بالدين؛ فإنني أؤكد خطأ هذا

---

(1) من الصعوبة بمكان تقديم تعريف لمصطلح (علم النفس) إذ تعددت تعريفات علم النفس تعددا غير قليل، واختلفت تبعا للنظرية التي يعتنقها واضع التعريف، وتبعا –كذلك– لاختلاف المرحلة التاريخية التي مر بها علم النفس عبر العصور، ولا يوجد تعريف واحد لعلم النفس يجمع عليه الباحثين، ورغم ذلك يمكن تعريف علم النفس (السيكولوجيا) بأنه العلم الذي يدرس سلوك الإنسان أي يصف هذا السلوك ويحاول تفسيره. (علم النفس: كامل محمد محمد عويضة، دار الكتب العلمية – بيروت، ط/1– 1996 م، ص: 4)، وهناك من يرى أن أقرب تعريف هو: أن علم النفس هو العلم الذي يبحث في الظواهر النفسية. (خلاصة علم النفس: أحمد فؤاد الأهواني، مطبعة لجنة التأليف والترجمة والنشر – القاهرة، ط 1938 م، ص: 13، ودروس الفلسفة: علم النفس: جميل صليبا، مطبعة ابن زيدون بدمشق، ط 1940 م: 1/ 62).

الادعاء وعدم صحته تماما خاصة فيما يتعلق بجزئية العلاج النفسي حيث القضية تعديل اعتقادات وأفكار ومفاهيم مرتبطة أشد الارتباط بالأخلاق والعادات والدين.

وقد اهتم علماء النفس بتحديد العلاقة بين نفس وجسم الإنسان وتأثير كل منهما على الآخر، وأصبح من المعلوم حاليًا أن الكثير من الأمراض الجسمية يمكن أن تصاحبها مضاعفات نفسية أو تكون لها جذورٌ نفسية؛ فنشأ فرع الأمراض النفس جسمانية Psychosomatic (disorders).

وشكلت الجمعية الأمريكية للطب النفسي فريقًا من الباحثين لدراسة الجوانب الدينية والروحية وآثارها على الصحة النفسية.. ممّا يشكل دافعًا آخر لنا للاهتمام بالعلاج النفسي الديني وتطويره خاصة مع ضعف النتائج والفشل في علاج بعض الأمراض النفسية.

ووفق ما قاله د. ميكيني قد بدأت الدراسات النفسية الدينية في الستينيات من القرن الماضي عندما ذهبت مجموعة من الباحثين الأمريكيين إلى الهند لدراسة الموجات الكهربية للدماغ **(EEG)** لممارسي اليوجا، وفي عام **1980** أطلق ميكيني ومساعدوه مصطلح الدراسات النفسية الدينية **(Neurotheology)** وأخرج عام **1994** كتابه بنفس الاسم، ويقدم هذا العلم الجديد تأييده التام للحقيقة الجوهرية في الدين

وهي الإيمان بالله، قال "ميكيني": "ويكفي أننا قد أوجدنا طرقًا عملية لقياس الأنشطة الفكرية، ولم يعد الإيمان بالله والمشاعر خلال الممارسات الدينية نشاطًا فكريًا غير قابل للتجربة والإثبات".

ويدخل فيه الباحثون اليوم بحذر حريصين على المنهج العلمي في البحث والتحليل كبقية مجالات العلوم التجريبية، ويقول د. مايكل ماكلوف من جامعة دالاس بالولايات المتحدة الأمريكية: "يتأثر الوجدان النفسي الروحي بالعالم الخارجي، ويؤثر في الجسد، ويمثل الإيمان والعبادة صمام أمان لتلك التأثيرات الطبيعية"، وقد أفضت دراسته إلى أن الطبيعة البشرية مصممة بحيث تحفظها العبادة في توازن تام وتقيها الاضطراب"[1].

أما فيما يخص علاقة الدعاء بعلم النفس فإن الدارس يقف على حقائق في الدعاء تؤيدها مبادئ علم النفس الحديث؛ كدوافع السلوك "البيولوجي" الفطري وهي: القوى المحركة التي تبعث النشاط في الكائن الحي وتبدئ السلوك وتوجهه نحو هدف أو أهداف معينة[2].

وسنتناول بالبحث نوعين اثنين من الدوافع الإنسانية المحركة للسلوك الفطري وهي: دوافع أولية جسدية "فسيولوجية"، ودوافع ثانوية

(1) مقال الإيمان.. شفاء للنفوس والأبدان، د. محمد دودح، مجلة الإعجاز العلمي في القرآن والسنة، ع. 28، ص: 57-62، بتصرف.
(2) القرآن وعلم النفس، لمحمد عثمان نجاتي، ص: 27.

نفسية "سيكولوجية"، هذا بالإضافة إلى مجموعة من الانفعالات النفسية منها ما هو فطري ومنها ما هو شعوري مكتسب.

المطلب الثاني: الدعاء والدوافع الفطرية

الدوافع جمع دافع "وفي علم النفس يطلق لفظ الدوافع على القوى الانفعالية التي تحرك نشاط الإنسان وتوجهه نحو هدف معين. والدافع إما أن يرجع إلى النفس، وإما أن يرجع إلى الجسم"[1].

ودوافع السلوك الفطري هي كل ما ينتقل للإنسان عبر الوراثة، ولا يكون مكتسبًا من البيئة، والدافع يتكون من عناصر مركبة وهي: المثير والسلوك والهدف، والدافع الفطري هو ما كان مثيره وهدفه فطريًا؛ فالإنسان يولد بدوافع فطرية واستعدادات عامة جدًا مثل الاستعداد للخوف؛ فيصبح الإنسان خائفًا من الظلام أحيانًا، ولنبدأ بالدوافع "البيولوجية" العضوية.

أولا: الدعاء والدوافع "الفسيولوجية":

اقتضت حكمة الله ﷻ أن يوجد في طبيعة تكوين الإنسان والحيوان، دوافع فسيولوجية فطرية تدفعهما إلى أنواع السلوك الضروري لحفظ الذات وبقاء الفرد، كدافع الإخراج (التغوط والتبول).

---

(1) علم النفس، سميح عاطف الزين، ص: 193.

- الدعاء ودافع الإخراج:

دافع الإخراج هو: "الذي يدفع إلى التخلص من فضلات الطعام والشراب، التي إنْ لم يتخلص منها الإنسان تؤدي إلى إيذائه والإضرار بصحته.

وقد كان الرسول ﷺ يقول في دعائه بعد قضاء حاجته: «الحمد لله الذي أذهب عني الأذى وعافاني»[1]، وفي هذا الحديث [...] إشارة إلى الناحية الوجدانية التي تصاحب الدوافع.

فالدوافع الفسيولوجية تصاحبها عادة حالة وجدانية مكدرة، هي عبارة عن شعور بالضيق والتوتر وعدم الاستقرار، وإشباع هذه الدوافع تصاحبها حالة وجدانية سارة، هي عبارة عن الشعور بالراحة التي تنشأ عن التخلص من الضيق والتوتر اللذينِ يصاحبان الدوافع"[2].

---

(1) حديث حسن، أخرجه ابن حجر العسقلاني في نتائج الأفكار من رواية أبي علي الأزدي رضي الله عنه، وأخرجه محمد جار الله الصعدي في النوافح العطرة من رواية أنس ابن مالك رضي الله عنه بإسناد صحيح.

(2) الحديث النبوي وعلم النفس لمحمد عثمان نجاتي، ص: 24 – 25. وانظر القرآن وعلم النفس، ص: 73، بتصرف. وقارن بعلم النفس، سميح عاطف الزين، ص: 203.

ثانيا: الدعاء والدوافع النفسية والروحية:

إن الدوافع النفسية المرتبطة بالسلوك الفطري كثيرة وهي نوعان:

الأول: نفسي اجتماعي كالحب الأبوي؛ وهي في الغالب مكتسبة على أساس دوافعنا الفسيولوجية، مع وجود عناصر فطرية فيها كما يرى "إيريك فروم"، وهو مذهب معظم علماء النفس المحدثين.

والثاني: روحي؛ كدافع التدين عند "أبراهام ماسلو"، ونحن نميل في هذا البحث إلى أن نضم جميع الدوافع النفسية والروحية معًا اقتداءً بعالم النفس أ.د: "محمد عثمان نجاتي"[(1)].

أ – الدعاء ودافع التدين:

ورد في الدعاء المأثور عن الرسول ﷺ قوله: «اللهم أعنّا على شكرك وذكرك وحسن عبادتك»[(2)]، فالدافع إلى التدين هنا روحي، وهو سلوك فطري عند الإنسان، وهناك مقولة شهيرة منسوبة إلى المؤرخ الإغريقي "بلوتارك" (المولود عام 42 م) تدلل على أهمية التدين بالنسبة

---

(1) انظر: القرآن وعلم النفس، ص: 42.

(2) الحديث رواه أحمد في المسند عن أبي هريرة ﷺ، وقال أحمد شاكر في تخريجه: ثابت صحيح. ورواه النووي في رياض الصالحين، وكتاب الأذكار بإسناد صحيح من رواية معاذ بن جبل ﷺ بلفظ: «أعِنّي».

للإنسان على مر التاريخ تقول: "لقد وُجدتْ في التاريخ مدن بلا حصون، ومدن بلا قصور.. ومدن بلا مدارس.. ولكن لم توجد أبدًا مدن بلا معابد"، وفي هذا المعنى قال رسول الله ﷺ: «كلُّ مولودٍ يُولَدُ على الفطرةِ؛ فأبواه يُهَوِّدانِه، أو يُنَصِّرانه، أو يُمَجِّسانِه»[1]، والفطرة هنا المراد بها الدين، لقوله ﷻ: ﴿فَأَقِمْ وَجْهَكَ لِلدِّينِ حَنِيفًاۚ فِطْرَتَ ٱللَّهِ ٱلَّتِي فَطَرَ ٱلنَّاسَ عَلَيْهَاۚ لَا تَبْدِيلَ لِخَلْقِ ٱللَّهِ﴾ [الروم: 30].

وخلاصة الأبحاث العلمية التي نشرت للمرة الأولى عام 2001 م وأجريت على المخ بتقنية جديدة للأشعة السينية، وقام بها فريق علمي على رأسه د. "أندرو نيوبيرج" (Andrew Newberg) [أستاذ علم الأشعة بكلية الطب بجامعة بنسلفانيا في فيلادلفيا بالولايات المتحدة الأمريكية] هي أنّ: "الإيمان بالله تصميم داخلي داخل المخ"، ويمكن وصف الإنسان وفق عبارات د. "نيوبيرج" نفسه بأنه: "موجه بقوة نحو التدين"[2].

"إنّ دافع التدين دافع نفسي له أساس فطري في طبيعة تكوين

---

(1) رواه البخاري في صحيحه من حديث أبي هريرة ﵁.

(2) مقال الإيمان.. شفاء للنفوس والأبدان، د. محمد دودح، ص: 57، بتصرف، وقارن بكتاب: جين الإله (كيف يتم دمج الإيمان في جيناتنا)، لدين هامر، الترجمة حرفية للعنوان والأفضل: (جينوم الإيمان)، (God Gene, Dean Hamer).

الإنسان؛ فالإنسان يشعر في أعماق نفسه بدافع يدفع به إلى عبادة خالقه والتوسل إليه والالتجاء إليه طلبًا منه العون كلما اشتدت به مصائب الحياة وكروبها، وهو يجد في حمايته ورعايته الأمن والطمأنينة"[1]، لقوله ﷻ: ﴿وَيَسْتَجِيبُ ٱلَّذِينَ ءَامَنُوا۟ وَعَمِلُوا۟ ٱلصَّٰلِحَٰتِ وَيَزِيدُهُم مِّن فَضْلِهِۦ﴾ [الشورى: 26]، بمعنى ويستجيب الله لدعاء المؤمنين الصالحين.

"ومن العوامل التي تساعد على إيقاظ وبعث دافع التدين في الإنسان ما يحيط به في بعض الحالات من أخطار تهدد حياته، وتسد أمامه جميع سبل النجاة، فلا يجد منها مهربًا إلّا الالتجاء إلى الله فيندفع إليه سبحانه وتعالى بدافع فطري طالبًا منه المعونة والنجدة مما يحيط به من أخطار"[2]، لقوله ﷻ: ﴿قُلْ مَن يُنَجِّيكُم مِّن ظُلُمَٰتِ ٱلْبَرِّ وَٱلْبَحْرِ تَدْعُونَهُۥ تَضَرُّعًا وَخُفْيَةً لَّئِنْ أَنجَىٰنَا مِنْ هَٰذِهِۦ لَنَكُونَنَّ مِنَ ٱلشَّٰكِرِينَ﴾ [الأنعام: 63]، وقوله ﷻ: ﴿هُوَ ٱلَّذِى يُسَيِّرُكُمْ فِى ٱلْبَرِّ وَٱلْبَحْرِ ۖ حَتَّىٰٓ إِذَا كُنتُمْ فِى ٱلْفُلْكِ وَجَرَيْنَ بِهِم بِرِيحٍ طَيِّبَةٍ وَفَرِحُوا۟ بِهَا جَآءَتْهَا رِيحٌ عَاصِفٌ وَجَآءَهُمُ ٱلْمَوْجُ مِن كُلِّ مَكَانٍ وَظَنُّوٓا۟ أَنَّهُمْ أُحِيطَ بِهِمْ ۙ دَعَوُا۟ ٱللَّهَ مُخْلِصِينَ لَهُ ٱلدِّينَ لَئِنْ أَنجَيْتَنَا مِنْ هَٰذِهِۦ لَنَكُونَنَّ مِنَ ٱلشَّٰكِرِينَ﴾ [يونس: 22].

---

(1) القرآن وعلم النفس، ص: 47، بتصرف.

(2) آدم عليه السلام للبهي الخولي، ص: 176.

ب – الدعاء ودافع الحب الأبوي:

الحب الأبوي كدافع "سيكولوجي" فطري يعد وثيق الصلة بدوافع بقاء النوع "ويظهر واضحًا في حب الآباء لأبنائهم؛ فهم مصدر متعة وسرور لهم؛ لقوله ﷻ: ﴿ٱلْمَالُ وَٱلْبَنُونَ زِينَةُ ٱلْحَيَوٰةِ ٱلدُّنْيَا﴾ [الكهف: 46]، ومصدر قوة وجاه وعامل مهم في استمرار دور الأب في الحياة، وفي بقاء ذِكره بعد الموت، لقول رسول الله ﷺ: «إذا مات الإنسان انقطع عنه عمله إلا من ثلاث: إلا من صدقة جارية، أو علم ينتفع به، أو ولد صالح يدعو له»"[1].

ويتضح ما قلناه في دعاء نوح عليه السلام لله سبحانه وتعالى أن ينجي ابنه من الهلاك، لقوله ﷻ: ﴿وَنَادَىٰ نُوحُ رَّبَّهُۥ فَقَالَ رَبِّ إِنَّ ٱبْنِى مِنْ أَهْلِى﴾ [هود: 45]، كما يظهر أيضًا ذلك الحب في دعاء زكريا عليه السلام ربه أن يرزقه ابنًا يرث النبوة، قال ﷻ: ﴿قَالَ رَبِّ إِنِّى وَهَنَ ٱلْعَظْمُ مِنِّى وَٱشْتَعَلَ ٱلرَّأْسُ شَيْبًا وَلَمْ أَكُنۢ بِدُعَآئِكَ رَبِّ شَقِيًّا ۝٤ وَإِنِّى خِفْتُ ٱلْمَوَٰلِىَ مِن وَرَآءِى وَكَانَتِ ٱمْرَأَتِى عَاقِرًا فَهَبْ لِى مِن لَّدُنكَ وَلِيًّا ۝٥ يَرِثُنِى وَيَرِثُ مِنْ ءَالِ يَعْقُوبَ ۖ وَٱجْعَلْهُ رَبِّ رَضِيًّا ۝٦﴾ [مريم: 4-6]، وقال ﷻ أيضا: ﴿هُنَالِكَ دَعَا زَكَرِيَّا رَبَّهُۥ ۖ قَالَ رَبِّ هَبْ لِى مِن لَّدُنكَ ذُرِّيَّةً طَيِّبَةً ۖ إِنَّكَ سَمِيعُ ٱلدُّعَآءِ﴾ [آل عمران: 38]، وقال ﷻ كذلك: ﴿وَزَكَرِيَّآ إِذْ نَادَىٰ رَبَّهُۥ رَبِّ لَا تَذَرْنِى فَرْدًا وَأَنتَ خَيْرُ ٱلْوَٰرِثِينَ﴾

(1) أخرجه مسلم في صحيحه من رواية أبي هريرة رضي الله عنه.

[الأنبياء: 89]"[1].

المطلب الثالث: الدعاء والانفعالات

إنّ الدوافع هي قوى تحرّك السلوك وتوجهه لتحقيق غرض معين، وهي تصطبغ دائمًا بحالات تضطرب فيها النفس والجسد ويخرجان خلالها عن توازنهما الطبيعي المعتاد، وهي الحالات المعروفة بالانفعالات؛ لهذا اعتبر بعض العلماء السيكولوجيين الانفعال دافعًا من دوافع السلوك؛ إذ "هناك علاقة كبيرة بين الدوافع والانفعالات؛ فالدوافع تكون عادة مصحوبة بحالة وجدانية انفعالية تعين الإنسان على الحياة والبقاء"[2]. بينما الانفعال اضطراب يعم النفس والجسم معًا، ينتج عن إدراك موقف مثير، وذلك لعجز "الأنا" –أي الذات– عن مواجهة ما يعتري الموقف من تغير فجائي أو صعوبة غير متوقعة، ويكتسي صبغة الهيجان وهي ثورة عارمة عندما يكون حادًا، وذلك مثل: الحزن والخوف والغضب، وسرعان ما تنطفئ؛ لأن الغضب أو الخوف لا يسيطران علينا طوال الوقت[3].

(1) القرآن وعلم النفس، ص: 88، بتصرف.

(2) المرجع السابق، ص: 71، بتصرف.

(3) لا يوجد تعريف واحد متفق عليه لدى العلماء وقد خلصت د. نجاة عيسى حسين إنصورة أستاذة علم النفس بكلية الآداب والتربية بجامعة طرابلس من خلال عرض مجموعة من التعاريف إلى أن: "الانفعال تغير نفسي وجسمي مفاجئ يحدث كاستجابة نتيجة لمثير معين يتعرض له الفرد فيصاب بالاضطرابات =

أولا: الدعاء وانفعال الخوف:

إنّ الخوف من الانفعالات الهامة في حياة الإنسان؛ لأنه يعينه على اتقاء الأخطار التي تهدده مما يساعده على الحياة والبقاء، والخوف هو ما يشعر به الإنسان من ذعر شديد إذا ما أحاط به خطر يهدده بالموت.

وانفعال الخوف حالة من الاضطراب الحاد الذي يشمل الفرد كله، وإن كان الخوف شديدا ومفاجئا انتابت الإنسان حالة من الذهول لفترة من الوقت لا يستطيع فيها الحركة أو السيطرة على النفس، كما تتعطل عملية التفكير، فلا يستطيع الإنسان أن يفكر –فيما يجابهه من مشكلات– تفكيرًا سليمًا كما يحدث عادة في الأوقات التي لا يكون فيها منفعلًا، مصداقًا لقوله ﷻ: ﴿لَا يَرْتَدُّ إِلَيْهِمْ طَرْفُهُمْ ۖ وَأَفْئِدَتُهُمْ هَوَآءٌ﴾ [إبراهيم: 43]، وتشير عبارة "وَأَفْئِدَتُهُمْ هَوَاءٌ" إلى تعطيل التفكير أثناء الخوف؛ إذ تصبح عقول الضالين خالية من العقل والتفكير.

"وحينما يحدق الخطر الشديد بالإنسان ويتملكه الخوف؛ فإنّ كل

= والاستثارة كنموذج للتكيف مع معطيات المنبه الواقعي فينتقل الفرد من حالة الهدوء والسكون إلى حالة من التفاعل نفسيا وجسميا وحركيا وكل هذه الاستجابات يمكن ملاحظة آثارها في السلوك الخارجي للفرد المنفعل كالابتسام والضحك واحمرار الوجه والموافقة... إلخ". (أساسيات وأصول علم النفس، ص: 176).

اهتمامه يتركز في هذا الخطر المحدق به وفي محاولته النجاة بنفسه منه، وينصرف اهتمامه عن أي شيء آخر"[1].

"والإنسان –بطبع فطرته عند الشدائد والأهوال– يدعو الله وحده دون غيره لشدة خوفه من الموت فيستجيب له"[2]، مصداقا لقوله ﷻ: ﴿قُلۡ أَرَءَيۡتَكُمۡ إِنۡ أَتَىٰكُمۡ عَذَابُ ٱللَّهِ أَوۡ أَتَتۡكُمُ ٱلسَّاعَةُ أَغَيۡرَ ٱللَّهِ تَدۡعُونَ إِن كُنتُمۡ صَٰدِقِينَ ۝٤٠ بَلۡ إِيَّاهُ تَدۡعُونَ فَيَكۡشِفُ مَا تَدۡعُونَ إِلَيۡهِ إِن شَآءَ وَتَنسَوۡنَ مَا تُشۡرِكُونَ ۝٤١﴾ [الأنعام: 40-41]، ولقوله ﷻ: ﴿وَإِذَا مَسَّكُمُ ٱلضُّرُّ فِي ٱلۡبَحۡرِ ضَلَّ مَن تَدۡعُونَ إِلَّآ إِيَّاهُۖ فَلَمَّا نَجَّىٰكُمۡ إِلَى ٱلۡبَرِّ أَعۡرَضۡتُمۡۚ وَكَانَ ٱلۡإِنسَٰنُ كَفُورًا﴾ [الإسراء: 67].

ومن الجدير بالذكر هنا أنّ "الدعاء يتفهم بواعث الخوف الإنساني، ويتضح ذلك من خلال هذا الدعاء المأثور عن رسول الله ﷺ: «وأدعوك دعاء الخائف الضرير»[3]، وذلك أن الشخص المبصر قد تجده يخاف من الظلام؛ لأن الخيال يزداد نشاطه عندها"[4].

---

(1) القرآن وعلم النفس، ص: 73.

(2) انظر كتابنا: فقه الدعاء.

(3) أخرجه المنذري في الترغيب والترهيب من رواية عائشة أم المؤمنين رضي الله عنها، وإسناده صحيح أو حسن أو ما قاربهما.

(4) L'invocatio exaucée par Ahmed Abdul Jawad traduit en =

ثانيا: الدعاء وانفعال الغضب:

الغضب يوصف بأنه انفعال يُحدث اضطرابًا في عملية العقلنة لمدة قصيرة[1]، "فانفعال الغضب يدفعنا إلى الدفاع عن النفس وإلى الصراع من أجل البقاء، وقد يدفع بنا إلى العدوان"[2].

وحين يتطرق الدعاء للغضب فذلك ليقمعه[3] لا ليثيره؛ لأن الإنسان الغاضب يكون غير مميز وهائجًا –كالثور– فيؤذي غيره، وروي عن:

= français par Saïd al – Laham Ed. dar el fiker.

(1) "La Colère c'est une émotion violente et agressive souvent produite par une contrariété une offense une injustice … cette émotion de colère anéantit la conscience le sujet perd totalement le contrôle de lui–même … la colère est accompagnés d'un cortège de manifestations rougeur à la face etc …". (Les prodigieuses victoires de la psychologie, pierre daco, p: 442).

(2) القرآن وعلم النفس، ص: 71، بتصرف.

(3) "القمع هو الكف الإرادي لدافع أو رغبة ما ومقاومة إشباعها أو التعبير عنها في ظروف لا تسمح بإشباعها، ولكنه لا يتضمن إنكار هذه الرغبة على وجه الإطلاق، حيث إنه من الممكن إشباعها في ظروف أخرى ملائمة ومسموح بها". (المرجع السابق، ص: 55). وقارن بعلم النفس، لسميح عاطف الزين، ص: 212.

«سليمان بن صرد رضي الله عنه قال كنتُ جالسًا معَ النبيّ ﷺ ورجلانِ يَستَبَّانِ، فأحدُهما احمَرَّ وجهُه وانتفخَتْ أوداجُه، فقال النبي ﷺ: إني لأعلم كلمة لو قالها ذهب عنه ما يجد، لو قال: أعوذ بالله من الشيطان، ذهب عنه ما يجد، فقالوا له: إن النبي ﷺ: قال: تعوذ بالله من الشيطان. فقال: وهل بي جنون؟»[1].

كما أنه قد يؤذي نفسه "فأحيانًا يدعو الإنسان على نفسه بالشر في حالات الانفعال ... فيدعو الله بأن يأتيه بالموت لسبب أو آخر أغضبه مثلا، ويقول عز وجل: ﴿وَيَدۡعُ ٱلۡإِنسَٰنُ بِٱلشَّرِّ دُعَآءَهُۥ بِٱلۡخَيۡرِۖ وَكَانَ ٱلۡإِنسَٰنُ عَجُولٗا﴾ [الإسراء: 11].

فالمرأة مثلا تدعو على ولدها في لحظة الغضب فتقول: "يا رب خذه وأرحني منه" ماذا كان يمكن أن يحدث لو أنّ الله سبحانه وتعالى استجاب لدعاء هذه الأم؟! ألم تكن لتحزن حزنًا شديدًا وتتألم ألمًا قويًا لو أنّ الله استجاب دعاءها؟! إنها عندما تفيق إلى نفسها تدعو الله ألا يستجيب.

إنما هي انفعالات شتى تمر بالإنسان، يتجه فيها إلى السماء ويقول: "يا رب"، ثم يفرح بعد ذلك بأنّ الله لم يستجب.

ويقول جل جلاله: ﴿وَلَوۡ يُعَجِّلُ ٱللَّهُ لِلنَّاسِ ٱلشَّرَّ ٱسۡتِعۡجَالَهُم بِٱلۡخَيۡرِ لَقُضِيَ

(1) رواه البخاري في صحيحه.

إِلَيۡهِمۡ أَجَلُهُمۡۖ﴾ [يونس: 11]، وهذا يدل على أنّ رحمة الله ﷻ بخلْقه جعلته يقدر ظروفهم، وضيق نفوسهم بالأحداث، فلا يُجيب الدعاء في حالة الانفعال النفسي الغضبى؛ لأنه يعلم أنها دعوة حمق في لحظة غضب، جعلت الإنسان يكره من يحب ويدعو عليه بالشر... أو يدعو على نفسه بالشر أو العمى أو بالموت أو غير ذلك"[1].

ثالثا: الدعاء وانفعال حب الذات:

إن الإنسان يحب أن يتجلى أمامه الخير ليسلكه، والشر ليتجنبه وفق مصالحه الذاتية؛ فهو "يحب أنْ يحيي وينمي إمكانياته ويحقق ذاته، وهو يحب كل ما يجلب له الخير والأمن والسعادة، وهو يكره كل ما يعوقه عن الحياة والنمو وتحقيق الذات وكل ما يجلب له الألم والأذى والضرر"[2]. ويظهر هذا جليًا في الدعاء المأثور عن رسول الله ﷺ التالي: «اللهم إني أسألُكَ من خيرِ ما سألكَ عبدُكَ ونبيكَ وأعوذُ بكَ من شر ما عاذَ به عبدُكَ ونبيكَ»[3].

كما يتجلى حب الذات في كون الإنسان "دائم الدعاء للخير لنفسه

---

(1) الدعاء المستجاب شروطه وآدابه، ص: 13 – 21، بتصرف.

(2) القرآن وعلم النفس، ص: 83.

(3) حديث صحيح، أخرجه الألباني في صحيح ابن ماجة من حديث عائشة أم المؤمنين رضي الله عنها.

من مال وصحة وغير ذلك من خيرات الحياة ونعمها، وإذا أصابه سوء أو بلاء أو فقر تملكه اليأس الشديد، وظن أنه لن يتهيأ له بعد ذلك خير"[1]، لقوله عز وجل: ﴿لَّا يَسْـَٔمُ ٱلْإِنسَٰنُ مِن دُعَآءِ ٱلْخَيْرِ وَإِن مَّسَّهُ ٱلشَّرُّ فَيَـُٔوسٌ قَنُوطٌ﴾ [فصلت: 49]، ولقوله سبحانه وتعالى: ﴿فَمِنَ ٱلنَّاسِ مَن يَقُولُ رَبَّنَآ ءَاتِنَا فِى ٱلدُّنْيَا وَمَا لَهُۥ فِى ٱلْءَاخِرَةِ مِنْ خَلَٰقٍ﴾ [البقرة: 200].

وترتبط الانفعالات الثلاثة السابقة الذكر: [الخوف والغضب وحب الذات] ارتباطًا وثيقًا بدوافع حفظ الذات وبقاء الفرد، بينما الانفعالات الآتية فهي شعورية ومكتسبة.

رابعا: الدعاء وانفعال الإعجاب بالنفس [إلى حد الغرور والتكبر]:

لغة أُعْجِبَ بنفسه: ترفَّعَ واستكبرَ، والكِبْرُ لغة هو: عظمة وتجبُّر وترفُّع عن الانقياد، وما تَكبر أحد إلّا لنقص وجده في نَفسه، وهو انفعال "يؤدي إلى التعاظم والتعالي على الناس ومعاملتهم بتحقير واستكبار"[2]، ويتجلى هذا واضحًا في الذين يستكبرون عن عبادة الله بدعائه، والذين لا يستغفرونه، لقوله جل جلاله: ﴿وَإِذَا قِيلَ لَهُمْ تَعَالَوْا۟ يَسْتَغْفِرْ لَكُمْ رَسُولُ ٱللَّهِ لَوَّوْا۟ رُءُوسَهُمْ وَرَأَيْتَهُمْ يَصُدُّونَ وَهُم مُّسْتَكْبِرُونَ﴾ [المنافقون: 5]، وقال عز وجل: ﴿وَقَالَ رَبُّكُمُ ٱدْعُونِىٓ أَسْتَجِبْ لَكُمْ ۚ إِنَّ ٱلَّذِينَ يَسْتَكْبِرُونَ عَنْ عِبَادَتِى

(1) القرآن وعلم النفس، ص: 83 – 84.

(2) المرجع السابق، ص: 107.

سَيَدۡخُلُونَ جَهَنَّمَ دَاخِرِينَ﴾ [غافر: 60]، ولهذا كان رسولُ اللهِ ﷺ إذا أمسى قال: «اللهمَّ إني أعوذ بك من الكسلِ وسوءِ الكِبرِ»[1].

خامسا: الدعاء وانفعال الكره:

الكره انفعال منهي عنه شرعًا لقول الرسول ﷺ: «ولا تباغضوا»[2]؛ "فالإيمان يؤثر في نفس المؤمن فيدفعه إلى التخلص من الكراهية لإخوانه المؤمنين"[3]، وأشاد القرآن بالمؤمنين الذين يدعون الله ألّا يجعل في قلوبهم حقدًا وبغضًا للذين سبقوهم بالإيمان في قوله ﷻ: ﴿وَٱلَّذِينَ جَآءُو مِنۢ بَعۡدِهِمۡ يَقُولُونَ رَبَّنَا ٱغۡفِرۡ لَنَا وَلِإِخۡوَٰنِنَا ٱلَّذِينَ سَبَقُونَا بِٱلۡإِيمَٰنِ وَلَا تَجۡعَلۡ فِي قُلُوبِنَا غِلّٗا لِّلَّذِينَ ءَامَنُواْ رَبَّنَآ إِنَّكَ رَءُوفٞ رَّحِيمٌ﴾ [الحشر: 10].

سادسا: الدعاء وانفعال الندم:

إنّ "لوم الإنسان لنفسه وندمه على ما فعله، من العوامل الهامة في تقويم شخصية الإنسان، ودفعه إلى تجنب الأفعال المشينة وارتكاب الذنوب التي تسبب له الندم ولوم النفس؛ فانفعال الندم له أهمية في توجيه

---

(1) من حديث عبد الله بن مسعود رواه مسلم في صحيحه. "ومن سوء الكبر" بكسر الكاف، وفتح الموحدة، وسكونها أي: من سقوط القوى ونقصان العقل، أو ما ينشأ منه من التكبر أي: التكبر عن الحق.

(2) رواه الشيخان في صحيحيهما من حديث أبي هريرة ﷺ.

(3) القرآن وعلم النفس، ص: 97، بتصرف بسيط.

السلوك الإنساني إلى الابتعاد عن المعاصي التي تسبب له اللوم والندم"[1]، وهذان الأخيران يشكلان ما يسمى بالضمير الذي يحاسب الإنسان على أفعاله، ويؤنبه على أخطائه، ويجعله يشعر بالندم على ما ارتكبه من ذنوب[2]، قال ﷻ: ﴿قَالَا رَبَّنَا ظَلَمْنَآ أَنفُسَنَا وَإِن لَّمْ تَغْفِرْ لَنَا وَتَرْحَمْنَا لَنَكُونَنَّ مِنَ ٱلْخَٰسِرِينَ﴾ [الأعراف: 23]؛ فانفعال الندم قد تجلى واضحًا في دعاء آدم وحواء باعترافهما بالخطيئة، وتابَا من الذنب وطلبَا من الله المغفرة والرحمة، وهذا يظهر كذلك في دعاء موسى عليه السلام، قال ﷻ: ﴿قَالَ رَبِّ إِنِّي ظَلَمْتُ نَفْسِى فَٱغْفِرْ لِى﴾ [القصص: 16].

مسألة إثارة الدافع بالترغيب والترهيب:

"حينما يكون لدى الإنسان دافع قوي للحصول على هدف ما؛ فإن الحصول على هذا الهدف الذي يشبع دافعه يعتبر ثوابًا أو مكافأة تسبب الشعور باللذة، أو السرور والرضا. والفشل في الحصول على هذا الهدف يعتبر نوعًا ما من العقاب الذي يسبب له الشعور بالألم، أو الضيق والكدر. والإنسان يميل بطبيعته إلى ما يسبب له اللذة، ويتجنب ما يسبب

---

(1) القرآن وعلم النفس، ص: 103 - 104. وانظر الحديث وعلم النفس، ص: 101.

(2) للمزيد حول النفس اللوامة راجع كتابنا: "الآيات الكونية في القرآن ومنهج العلماء في تفسيرها".

له الألم. ولذلك كان الإنسان ميالًا بطبيعته إلى تعلم الاستجابات أو الأفعال التي تؤدي إلى الحصول على الثواب، وإلى تجنب الاستجابات أو الأفعال التي تؤدي إلى الفشل أو العقاب.

ولذلك، فإن القرآن عندما يأتي على ذكر الدعاء لا يعتمد على الترهيب فقط، أو الترغيب فقط، وإنما يعتمد على مزيج منهما: الخوف من عذاب الله، والرجاء في رحمته وثوابه؛ فمزيج منهما معًا يمد الإنسان بطاقة دافعة توجهه إلى سلوك الطريق المستقيم، وأداء الطاعات والواجبات الدينية، وتجنب السيئات والمعاصي؛ خوفًا من غضب الله وعذابه، وأملا في مغفرته ورحمته. ويظهر ذلك في دعاء زكريا ربه، لقوله ﷻ: ﴿فَٱسۡتَجَبۡنَا لَهُۥ وَوَهَبۡنَا لَهُۥ يَحۡيَىٰ وَأَصۡلَحۡنَا لَهُۥ زَوۡجَهُۥٓۚ إِنَّهُمۡ كَانُواْ يُسَٰرِعُونَ فِي ٱلۡخَيۡرَٰتِ وَيَدۡعُونَنَا رَغَبٗا وَرَهَبٗاۖ وَكَانُواْ لَنَا خَٰشِعِينَ﴾ [الأنبياء: 90]، ولقوله ﷻ: ﴿تَتَجَافَىٰ جُنُوبُهُمۡ عَنِ ٱلۡمَضَاجِعِ يَدۡعُونَ رَبَّهُمۡ خَوۡفٗا وَطَمَعٗا وَمِمَّا رَزَقۡنَٰهُمۡ يُنفِقُونَ﴾ [السجدة: 16]، وقوله ﷻ: ﴿أُوْلَٰٓئِكَ ٱلَّذِينَ يَدۡعُونَ يَبۡتَغُونَ إِلَىٰ رَبِّهِمُ ٱلۡوَسِيلَةَ أَيُّهُمۡ أَقۡرَبُ وَيَرۡجُونَ رَحۡمَتَهُۥ وَيَخَافُونَ عَذَابَهُۥٓۚ إِنَّ عَذَابَ رَبِّكَ كَانَ مَحۡذُورٗا﴾ [الإسراء: 57]"[1].

---

(1) القرآن وعلم النفس، ص: 169 – 171، بتصرف. وانظر الحديث وعلم النفس، ص: 101.

خلاصة المبحث الأول:

وخلاصة القول في هذا المبحث الدعاء ودوافع السلوك الفطرية، تتجلى في تعريف الدوافع الفطرية؛ إذ تدل على قوة محركة داخلية للكائن الحي، تثير السلوك وتوجهه إلى غاية معينة. وهذه القوى الداخلية المحركة للكائن الحي، هي ما لمسناه في الدوافع الفطرية كالتديّن والحب الأبوي والإخراج؛ فهي التي تثير السلوك وتوجهه إلى غاية معينة كما رأينا في إثارة الدافع بالترغيب والترهيب، وانفعال الخوف، وانفعال الغضب، وانفعال الكره، وانفعال الندم، وانفعال حب الذات، وانفعال الإعجاب بالنفس، وهذا المعنى الأخير [أي: إثارة السلوك وتوجيهه إلى غاية معينة] يوضح أن الكائن الإنساني ذو اتجاه وقصد، لا مخلوق متقبل للمؤثرات الخارجية بشكل آلي(1). ويتبين ذلك في كون الدعاء –الذي هو مخ العبادة– شاملًا لهذه الدوافع والانفعالات التي ذكرت وغيرها مما لم أذكر، والتي تعمل فطريًا على دفع الإنسان إلى الإخلاص في عبادة الله عند دعائه، قال

(1) وهذا عكس ما يزعمه سيغموند فرويد عندما يجعل دوافع اللاشعور هي الموجه الأول والأخير لحياتنا وسلوكنا يدفعنا بذلك إلى التسليم بحتمية ميكانيكية، ويسلب من الإنسان حريته التي يتميز بها، فأية قيمة تبقى للإنسان إذا صنف بجوار بقية الكائنات الحية التي تعيش فقط بدفعة الحياة الأولى؟! قارن بمدخل إلى علم النفس، لعماد عبد الرحيم الزغول، وعلي فالح الهنداوي، دار الكتاب الجامعي – الإمارات، ط/8– 2014 م، ص: 294–295.

وَجَلَّ: ﴿فَٱدۡعُواْ ٱللَّهَ مُخۡلِصِينَ لَهُ ٱلدِّينَ وَلَوۡ كَرِهَ ٱلۡكَٰفِرُونَ﴾ [غافر: 14]، وقال جَلَّاله: ﴿فَٱدۡعُوهُ مُخۡلِصِينَ لَهُ ٱلدِّينَ﴾ [غافر: 65].

فالدوافع تكون في أول الأمر في حال كمون، أي غير مشعور بها، ولكن ما إنْ يحس الكائن بتوتر نفسي كالإحساس بالضيق، أو بالتوتر العضوي نتيجة الحاجة إلى الإخراج مثلًا، وما إنْ تظهر منبهات في البيئة كرؤية الإنسان -وهو في الفُلك في عرض البحر- عاصفة شديدة تهب عليه والموج يحيط به من كل مكان [لقوله وَجَلَّ: ﴿وَإِذَا غَشِيَهُم مَّوۡجٌ كَٱلظُّلَلِ دَعَوُاْ ٱللَّهَ مُخۡلِصِينَ لَهُ ٱلدِّينَ فَلَمَّا نَجَّىٰهُمۡ إِلَى ٱلۡبَرِّ فَمِنۡهُم مُّقۡتَصِدٌۚ وَمَا يَجۡحَدُ بِـَٔايَٰتِنَآ إِلَّا كُلُّ خَتَّارٍ كَفُورٍ﴾ [لقمان: 32]، مما يثير انفعال الخوف من الموت والرغبة في النجاة]، حتى تخرج دوافع وانفعالات حفظ الذات وبقاء الفرد كالخوف، والدوافع والانفعالات النفسية كحب الذات والتدين من حال الكمون (الفطرة) إلى حال النشاط (الدعاء)، وفي هذه الحالة الأخيرة تصبح الدوافع رغبات ذات مظهرين:

- الأول: مظهر نزوعي نحو السلوك.
- والثاني: مظهر انفعالي يتجلى في السلوك نفسه.

فالإنسان عندما يدرك خطرًا يرغب في تجنبه بتأثير انفعال الخوف وحب الذات، وهنا يتخذ وضعًا معينًا كالدعاء، وسلوكًا معينًا كالتدين وجها إلى بلوغ هدف أو باعث هو تجنب الخطر، غير أنه في الوقت

ذاته يشعر بحالة انفعالية تتلبس بها عضويته وسلوكه هي حالة الخوف.

ويُلاحظ أن المنبه الخارجي مؤثر عارض فقط، بينما يكون الدافع موجودًا في الكائن قبل أن يظهر المنبه، ونمثل للمنبه الخارجي بالموضوع الذي أثار انفعال الخوف، ونمثل للدافع الموجود قبل ظهور المنبه بدافع التديّن[1].

"فالْخَلْقَ جُبِلُوا عَلَى الرُّجُوعِ إِلَى اللَّهِ فِي الشَّدَائِدِ، وَأَنَّ الْمُضْطَرَّ يُجَابُ دُعَاؤُهُ، وَإِنْ كَانَ كَافِرًا، لِانْقِطَاعِ الْأَسْبَابِ وَرُجُوعِهِ إِلَى الْوَاحِدِ رَبِّ الْأَرْبَابِ"[2].





(1) قارن بالإنسان وجوده خلافته في الأرض لعبد الرحمن المطرودي، ص: 267.

(2) الجامع لأحكام القرآن، تفسير القرطبي: 325/8.

المبحث الثاني: الدعاء وعلم النفس العلاجي

في المبحث الأول تعرفنا على بعض مبادئ علم النفس الحديث، ومدى انسجامها مع نبذة من آداب الدعاء وغاياته، وها نحن سنتعرف في هذا المبحث على أهمية الدعاء كعلاج نفسي، إذ كان الرسول ﷺ يعلم أصحابه الاستعانة بالدعاء في علاج كثير من حالات الاضطراب النفسي مثل: الكرب، والهم، والغم، والأرق، والفزع في النوم، وغيرها مما سنعرضه كما يلي:

أولا: الدعاء والقلق

كلما كان إيمان الإنسان بالله قويا كان للدعاء فاعلية أقوى لعلاج النفس، إذ تتفق جميع مدارس العلاج النفسي؛ على أن القلق هو السبب الرئيسي في نشوء الأمراض النفسية، وتتفق هذه المدارس أيضًا على أن الهدف الرئيسي للعلاج النفسي هو التخلص من القلق، وبث الشعور بالأمن في النفوس.

وقد أدرك عالم النفس الأمريكي "وليم جيمس" (William James) أهمية الإيمان للإنسان لتحقيق التوازن النفسي ومقاومة القلق، إذ قال:

"إن أعظم علاج للقلق هو الإيمان.."(1).

فللإيمان تأثيرٌ عظيمٌ في نفس الإنسان، فهو يزيد من ثقته بنفسه، ويزيد قدرته على الصبر وتحمل مشاقّ الحياة، ويبث الأمن والطمأنينة في النفس، كما يبعث على راحة البال، ويغمر الإنسان بالشعور بالسعادة.

وممّا يجدر ملاحظته أن العلاج يتدخل عادة بعد حدوث الإصابة بالمرض النفسي؛ أما الإيمان بالله إذا ما بُث في نفس الإنسان فإنه يُكسبه مناعة ووقاية من الإصابة بالأمراض النفسية، وقد وصف القرآن ما يُحدثه الإيمان من أمن وطمأنينة في نفس المؤمن بقوله ﷻ: ﴿ٱلَّذِينَ ءَامَنُواْ وَتَطۡمَئِنُّ قُلُوبُهُم بِذِكۡرِ ٱللَّهِۗ أَلَا بِذِكۡرِ ٱللَّهِ تَطۡمَئِنُّ ٱلۡقُلُوبُ﴾ [الرعد: 28]، وقال رسول الله ﷺ: يقول الله ﷻ: «أنا مع عبدي ما ذكرني وتحركت بي شفتاه»(2)، "هذا هو الإيمان الحقيقي أن يصحبك منهج الله في كل لحظة، أن تتذكر الله دائمًا؛ فتكون حياتك على صلة به؛ فلا يسكت لسانك عن الحمد والشكر والدعاء"(3)، مصداقًا لما ورد في القرآن الكريم: ﴿رَبَّنَآ ءَامَنَّا بِمَآ أَنزَلۡتَ وَٱتَّبَعۡنَا ٱلرَّسُولَ فَٱكۡتُبۡنَا مَعَ ٱلشَّٰهِدِينَ﴾ [آل عمران: 53]،

(1) مقال: الإيمان شفاء للنفوس والأبدان، د. محمد دودح، ص: 61-62، بتصرف.

(2) حديث صحيح، أخرجه ابن حجر العسقلاني في بلوغ المرام من رواية أبي هريرة رضي الله عنه.

(3) الدعاء المستجاب شروطه وآدابه، ص: 70.

وكذلك: ﴿رَبَّنَآ ءَامَنَّا فَٱغۡفِرۡ لَنَا وَٱرۡحَمۡنَا وَأَنتَ خَيۡرُ ٱلرَّٰحِمِينَ﴾ [المؤمنون: 109]، وأيضًا: ﴿رَبَّنَآ إِنَّنَآ ءَامَنَّا فَٱغۡفِرۡ لَنَا ذُنُوبَنَا وَقِنَا عَذَابَ ٱلنَّارِ﴾ [آل عمران: 16].

وإنّ فقدان الإيمان بالله يؤدي إلى الهم، والغم، والقلق، والأرق، والشقاء، لقوله ﷻ: ﴿وَمَنۡ أَعۡرَضَ عَن ذِكۡرِي فَإِنَّ لَهُۥ مَعِيشَةً ضَنكًا وَنَحۡشُرُهُۥ يَوۡمَ ٱلۡقِيَٰمَةِ أَعۡمَىٰ﴾ [طه: 124]؛ فالذكر متضمن معنى الدعاء ومتداخل معه، "وهو علاج نفسي يطرد القلق ويُطمئن النفس، قال رسول الله ﷺ: «وما اجتمعَ قومٌ في بيتِ من بيوتِ اللهِ، يتلون كتاب الله، ويتدارسونه بينهم، إلا نزلتْ عليهم السكينةُ، وغشيتُهم الرحمةُ وحفَتهم الملائكةُ، وذكرَهم اللهُ فيمن عنده»[1]، وفي حديث حذيفة بن اليمان، بيان لكيفية تلاوة ومدارسة النبي ﷺ للقرآن قال ﵁: «إذا مر بآية فيها تسبيح سبح، وإذا مر بسؤال سأل، وإذا مر بتعوّذ تعوّذ»[2].

إنّ المداومة على عبادة الله ﷻ، وذكره في كل وقت، واستغفاره، والدعاء إليه، يقرب الإنسان من ربه، ويُشعره أنه في حماية الله ورعايته، ويقوي فيه الأمل في المغفرة، ويبعث في نفسه الشعور بالرضا، وراحة البال وينزل عليه السكينة والطمأنينة [...]. فعن رسول الله ﷺ قال: يقول

(1) أخرجه مسلم في صحيحه من رواية أبي هريرة ﵁.

(2) رواه مسلم في صحيحه.

الله ﷻ: «أنا عند ظن عبدي بي وأنا معه إذا ذكرني»[1]، والذكر من أسماء القرآن لقوله ﷻ: ﴿وَهَٰذَا ذِكۡرٞ مُّبَارَكٌ أَنزَلۡنَٰهُۚ﴾ [الأنبياء: 50]، وبركة الذكر أنه شفاء للقلوب؛ إذ قال رسول الله ﷺ: «القرآن شفاء لما في الصدور»[2]، مصداقًا لقوله ﷻ: ﴿وَنُنَزِّلُ مِنَ ٱلۡقُرۡءَانِ مَا هُوَ شِفَآءٞ وَرَحۡمَةٞ لِّلۡمُؤۡمِنِينَ﴾ [الإسراء: 82]؛ إذ ذكر الله يبعث في النفس الأمن والطمأنينة؛ فهو بلا شك علاج للقلق الذي يشعر به الإنسان حينما يجد نفسه ضعيفًا عاجزًا أمام ضغوط الحياة وأخطارها لا سند له ولا مُعين. قال ﷻ: ﴿وَٱلَّذِينَ إِذَا فَعَلُواْ فَٰحِشَةً أَوۡ ظَلَمُوٓاْ أَنفُسَهُمۡ ذَكَرُواْ ٱللَّهَ فَٱسۡتَغۡفَرُواْ لِذُنُوبِهِمۡ وَمَن يَغۡفِرُ ٱلذُّنُوبَ إِلَّا ٱللَّهُ وَلَمۡ يُصِرُّواْ عَلَىٰ مَا فَعَلُواْ وَهُمۡ يَعۡلَمُونَ﴾ [آل عمران: 135]"[3].

ثانيا: الدعاء والشعور بالذنب

إنّ اعتراف المؤمن بذنبه، واستغفاره لله ﷻ، وتوبته إليه، تَحول دون محاولة إقصاء فكرة الذنب عن ذهنه تخلصًا مما تسببه من ألم

---

(1) أخرجه البخاري في صحيحه من رواية أبي هريرة رضي الله عنه.

(2) إسناده صحيح، أخرجه الألباني في السلسلة الصحيحة من رواية عوف بن مالك ابن نضلة أبي الأحوص رضي الله عنه.

(3) القرآن وعلم النفس، ص: 300 – 301، بتصرف. وانظر الحديث وعلم النفس، ص: 324، بتصرف.

نفسي؛ وذلك أن محاولة إقصاء فكرة الذنب عن الذهن تؤدي في النهاية إلى الكبت[1] اللاشعوري لفكرة الذنب، ولهذا كان تذكر المؤمن لذنوبه، واعترافه بها، واستغفاره الله ﷻ عن ارتكابه لها، وتوبته إليه إنما يعمل على وقايته من الكبت اللاشعوري للإحساس بالذنب، وهو ما يسبب القلق ونشوء أعراض الأمراض النفسية كالنسيان، والكرب، والهم، والأرق، والفزع، والحزن.

فيجب على المؤمن أن يكون حَسن الظن بربه ﷻ، وأن يكون كبير الأمل في قبول الله ﷻ لتوبته، وكثير الرجاء في الفوز بعفوه ومغفرته، فيتخلص من شعوره بالذنب، ويشعر بالأمن والطمأنينة، لقول رسول الله ﷺ: «إن الله يقول: أنا عند ظن عبدي بي وأنا معه إذا دعاني»[2]. وقال ﷺ: «يتنزَّل ربُّنا تبارك وتعالى كلَّ ليلةٍ إلى السماءِ الدُّنيا، حين

(1) "الكبت هو إنكار الرغبة واستقذارها أو الخوف منها، ومحاولة إبعادها نهائيًا عن دائرة الوعي تخلصًا مما تسببه من شعور بالإثم أو القلق، بحيث ينتهي الأمر بكبت هذه الرغبة في اللاشعور؛ فمفهوم الكبت يتضمن أن الرغبة أصبحت مبعدة عن دائرة الوعي أو الشعور، وأصبحت مطمورة في أعماق اللاشعور؛ ووجود الرغبة في اللاشعور لا يقضي عليها نهائيًا، بل تظل تحاول التعبير عن نفسها، ولكن بطرق وحيل لا شعورية، مما يسبب نشوء كثير من الأعراض المختلفة لاضطرابات السلوك"، (القرآن وعلم النفس، ص: 55 – 56). وقارن بعلم النفس، لسميح عاطف الزين، ص: 213.

(2) أخرجه مسلم في صحيحه من رواية أبي هريرة رضي الله عنه.

يبقى ثُلُثُ الليلِ الآخرِ، فيقول: مَن يدعوني فأَستجيبَ له، من يسألُني فأُعطِيَه، من يستغفرُني فأغفرُ له»[1]، فالإذناب من صفات العبد والمغفرة من شيم الرب اللطيف بخلقه؛ لقوله ﷺ: «والذي نفسي بيدِه لو لم تذنبوا لذهب اللهُ بكم، ولجاء بقومٍ يذنبون، فيستغفرون اللهَ، فيغفرُ لهم»[2].

تُبين هذه الأحاديث النبوية الشريفة أنّ الاستغفار والتوبة مما يساعد على التخلص من القلق الناشئ عن الشعور بالذنب، فالدعاء بهذا يحفظ صحة الإنسان التي تتأثر سلبًا بتوابع القلق من: حزن، وهم، وأرق، وفزع، ونسيان.

فلا شك في أنّ المسلم الذي يواظب على الدعاء لله ﷻ لا يسعه إلا أنْ يتخلص من شعوره بالذنب، وما يسببه من قلق، ويغمره الرجاء في عفو الله ﷻ ومغفرته، مما يبعث في نفسه السرور والانشراح والطمأنينة.

لأنّ "مما يخفف من شعور المسلم بالذنب، أنه يعلم أن الإنسان بطبيعته ضعيف، وهو معرض للخطأ، ولكنه ما دام يعترف بخطئه، ويستغفر الله ﷻ ويتوب إليه، فلا داعي في أن يتمادى في تعذيب نفسه بالشعور بالذنب والخطيئة"[3]. إذ قال رسول الله ﷺ: «كلُّ بني آدمَ

(1) أخرجه البخاري في صحيحه من رواية أبي هريرة رضي الله عنه.
(2) أخرجه مسلم في صحيحه من رواية أبي هريرة رضي الله عنه.
(3) الحديث وعلم النفس، ص: 344، وما بعدها.

خطَّاءٌ، وخيرُ الخطَّائينَ التَّوَّابونَ»[1]، وقال ﷺ في الحديث القدسي: «قال اللهُ: يا بنَ آدمَ إنَّك ما دعوتني ورجوتني غفرتُ لك على ما كان منك ولا أُبالي، يا بنَ آدمَ لو بلغتْ ذنوبُك عَنانَ السَّماءِ ثمَّ استغفرتني غفرتُ لك ولا أُبالي، يا بنَ آدمَ إنَّك لو أتيتني بقِرابِ الأرضِ خطايا ثمَّ لقيتني لا تشرِكُ بي شيئًا لأتيْتُك بقِرابِها مغفرةً»[2]، وعن النبيِّ ﷺ، فيما روى عن اللهِ ﷻ أنَّهُ قال: «يا عبادي! إنكم تُخطئون بالليلِ والنهارِ، وأنا أغفرُ الذنوبَ جميعًا؛ فاستغفروني أغفرُ لكم»[3]، لهذا حرص النبي ﷺ أنْ يعلّمنا دعاء الاستغفار فقال: «سيِّدُ الاستِغفارِ أن تقول: اللَّهمَّ أنتَ ربِّي لا إلَهَ إلَّا أنتَ، خَلقتَني وأَنا عبدُكَ، وأَنا على عَهْدِكَ ووعدِكَ ما استطعتُ، أعوذُ بِكَ من شرِّ ما صنعتُ، أبوءُ لَكَ بنعمتِكَ عليَّ، وأبوءُ لَكَ بذنبي فاغفِر لي، فإنَّهُ لا يغفرُ الذُّنوبَ إلَّا أنتَ»[4]، وعن أبي هريرة رضي الله عنه قال: «سمعت رسول الله ﷺ يقول: واللَّهِ إنِّي لَأستَغفرُ اللَّهَ وأتوبُ إليهِ في اليومِ أَكْثرَ مِن سَبعينَ مرَّةً[5]» [رواه البخاري في صحيحه].

---

(1) حديث صحيح، من رواية أنس بن مالك، أخرجه السيوطي في الجامع الصغير، وابن القطان في الوهم والإيهام.

(2) الحديث إسناده صحيح أو حسن أو ما قاربهما، أخرجه المنذري في كتابه الترغيب والترهيب من رواية أنس بن مالك رضي الله عنه.

(3) أخرجه مسلم في صحيحه من رواية أبي ذر الغفاري رضي الله عنه.

(4) أخرجه البخاري في صحيحه من رواية شداد بن أوس رضي الله عنه.

(5) "لا يعني بذلك أنه يذنب في كل يوم [سبعين] مرة بل معناه تجديد التوبة وتكريرها=

فالتوبة إلى الله تغفر الذنوب، وتقوي في الإنسان الأمل في رضوان الله، فتخفف حدة قلقه، ثم إن التوبة تدفع الإنسان عادة إلى إصلاح الذات وتقويمها؛ حتى لا يقع مرة أخرى في الأخطاء والمعاصي، ويساعد ذلك على زيادة تقدير الإنسان لنفسه، وزيادة ثقته فيها، ورضائه عنها، ويؤدي ذلك إلى بث الشعور بالأمن والطمأنينة في نفسه، وعن النبي ﷺ قال: «إن اللهَ عَزَّ وَجَلَّ يبسطُ يدَه بالليلِ؛ ليتوبَ مسيءُ النهار، ويبسطُ يدَه بالنهارِ، ليتوبَ مسيءُ الليلِ، حتى تطلعَ الشمسُ من مغربِها»[1]؛ فالعلاج النفسي بالتوبة من أهم الأدوية لعلاج الشعور بالذنب؛ فقد وعد الله سبحانه وتعالى بالعفو والمغفرة لكل مذنب مهما كثرت ذنوبه؛ فالتوبة تبعث فيه الأمل في النجاة من عذاب الله والفوز بمغفرته ورضوانه؛ فيتخلص من شعوره بالذنب الذي يقلقه ويسبب له كثيرًا من الآلام النفسية.

ولمّا كانت التوبة من الذنب من الأهمية بمكان؛ فإن الله سبحانه وتعالى يعلمنا الدعاء الذي يمحو الذنوب ويغفر الخطايا ومن ذلك قوله جل جلاله: ﴿وَتُبۡ عَلَيۡنَآۖ إِنَّكَ أَنتَ ٱلتَّوَّابُ ٱلرَّحِيمُ﴾ [البقرة: 128]، و«كان النبيُّ ﷺ قبلَ أن

= عن ذنب واحد صغير، وذكره ﷺ إياه في اليوم [سبعين] مرة؛ يدل على استعظامه له مع صغره، وذلك يدل على فرط تعظيمه وإجلاله لربه". (قواعد الأحكام للعز بن عبد السلام: 147/1، بتصرف بسيط).

(1) أخرجه مسلم في صحيحه من رواية أبي موسى الأشعري (عبد الله بن قيس).

يموتَ يُكثِرُ أن يقولَ: سبحانَكَ اللهمَّ وبحمدِكَ أستغفرُكَ وأتوبُ إليكَ»[1]، وعنِ ابنِ عمرَ رضي الله عنهما، قالَ: «إن كنَّا لنعدُّ لرسولِ اللَّهِ ﷺ في المَجلِسِ الواحدِ مائةَ مرَّةٍ: ربِّ اغفر لي، وتُب عليَّ،[2] إنَّكَ أنتَ التَّوَّابُ الرَّحيمُ»[3].

ويتضح من أدعية التوبة التي ذكرناها أن التوبة علاج شافٍ للقلق الناتج عن الشعور بالذنب، ومن المعروف أن القلق هو الأساس الذي ينشأ عنه المرض النفسي، وأن الهدف الذي يحاول أن يصل إليه العلاج النفسي هو القضاء على هذا القلق، والتخلص من الأعراض المرضية التي سبّبها. وتستخدم المدارس المختلفة للعلاج النفسي أساليب مختلفة للتخلص من القلق، غير أن التوبة –كما يتضح مما تقدم– هي أحسن

(1) من حديث أم سلمة هند بنت أبي أمية رضي الله عنها، أخرجه الألباني في السلسلة الصحيحة، وقال: له متابعة بسند صحيح. وأخرجه الهيثمي في مجمع الزوائد بإسناد رجاله رجال الصحيح.

(2) وتجدر الإشارة إلى أن دعاء النبي ﷺ بالتوبة والاستغفار من الذنب لا يعني بالضرورة أنه كان يذنب؛ لأنه معصوم من الكبائر والصغائر؛ إذ من المعلوم في علم الجرح والتعديل أن ارتكاب الصغائر يجرح عدالة الراوي؛ فمن الأولى أن ينزه عنها الرسول ﷺ، لأنه يبلغ عن ربه بينما المحدث يبلغ عن نبيه، وتؤول هنا التوبة والاستغفار بالعبادة في حق الرسول ﷺ وتبين التبليغ من الله إلى عباده.

(3) حديث صحيح، أخرجه الألباني في صحيح أبي داود، وصحيح ابن ماجة من رواية عبد الله بن عمر رضي الله عنه.

طريقة لعلاجه، إذا كان ناشئًا عن الشعور بالذنب.

ثالثا: الدعاء والاكتئاب[(1)]

من المعلوم أن الإنسان بين الحين والآخر قد يلم به بعض الملمات، وقد تصيبه بعض المصائب، وقد يبتلى ببعض الآلام التي تكدره، وتؤلم قلبه وتعصر فؤاده، وربما جلبت له الكثير من الحزن أو الهم أو الغم.

وهذا الألم الذي يصيب قلب الإنسان إما أن يكون متعلقا بتذكر الإنسان لشيء ماضي فات عليه فهو لحزن، أو يكون متعلقا بأمور مستقبلة؛ فيتخوف من أشياء قادمة يتوقع حصولها فهو هم، أو يكون متعلقا بواقع الإنسان وحاضره كمصيبة حلت به، أو نزلت به فهو غم كذا قال العلماء.

---

(1) الاكتئاب: مرض نفسيّ يصاحبه اتِّجاه للعزلة وهبوط في الجسم وفي القدرات الذهنيّة، وحالة نفسيّة أو عصبيّة تتّسم بعدم القدرة على التركيز، والأرق وشعور بالحزن الشديد واليأس.
والاكتئاب الزَّائد: أحد الاضطرابات العصبيَّة العاطفيّة التي تتَّصف بفقدان الاهتمام بأي شيء وضعف الشَّهيَّة وقلَّة النَّوم أو كثرته والتَّعب وفقدان الرَّغبة الجنسيّة والإحساس بالضِّيق والوهن. (معجم اللغة العربية المعاصر، 4165- ك.أ.ب: 1887/3).

وهذه الثلاث –الحزن والهم والغم– كلها آلام تصل إلى القلب، ثم إنها إذا وصلت إلى قلب الإنسان تتعبه وتؤرقه وتكدر خاطره، ولا يكون وضعه مع وجودها سويا طبيعيا[1]؛ لأنَّ الحزن والهم والغم والكرب من الانفعالات المكدرة التي يشعر بها الإنسان ولا يحبها، وقد تعوذ منها الرسول ﷺ في حديث أنس بن مالك قال رضي الله عنه: «فكنتُ أسمعُهُ يكثِرُ أن يقولَ اللَّهمَّ إنِّي أعوذُ بكَ منَ الهمِّ والحزنِ»[2]؛ إذ في الدعاء راحة للنفس، وشفاء لها من الكرب، والهم، والغم، والحزن؛ لأن الداعي يأمل في استجابة الله سبحانه وتعالى للدعاء، لقول رسول الله ﷺ: «إنَّ ربَّكم حَييٌّ كريمٌ يستَحي مِن عبدِهِ إذا رفعَ يدَيهِ إليهِ بدعوَةٍ أن يرُدَّهُما صِفرًا ليسَ فيهما شيءٌ»[3]. فإن الأمل في استجابة الله سبحانه وتعالى للدعاء يخفف من كرب المؤمن وهمه، وغمه، وحزنه، ويمده بقوة تعينه على التحمل والصبر وتبث فيه الشعور بالراحة النفسية.

وعن عبد الله بن مسعود رضي الله عنه أن رسول الله ﷺ قال: «ما أصاب أحدًا قطُّ همٌّ ولا حَزَنٌ فقال: "اللهمَّ إني عبدُك بنُ عبدِك بنُ أمَتِك، ناصيَتي

(1) انظر: أثر الأذكار الشرعية في طرد الهم والغم لعبد الرزاق بن عبد المحسن البدر، ص: 3–5، بتصرف.

(2) أخرجه البخاري في صحيحه.

(3) حديث صحيح، أخرجه الألباني في مختصر العلو للعلي الغفار في إيضاح صحيح الأخبار وسقيمها للذهبي من رواية سلمان الفارسي رضي الله عنه.

بيدِك، ماضٍ فيَّ حُكمُك، عَدْلٌ فيَّ قضاؤُك، أسألُك بكلِّ اسمٍ هو لك سميتَ به نفسَك أوْ علَّمْتَه أحدًا مِنْ خلقِك أو أنزلته في كتابِك أو استأثرتَ به في علمِ الغيبِ عندَك، أنْ تجعلَ القرآنَ ربيعَ قلبي، ونورَ صدري، وجلاءَ حُزني، وذهابَ هَمِّي"، إلا أذهب اللهُ همَّه وحُزْنَه، وأبدله مكانه فَرَجًا، قال: فقيل: يا رسولَ اللهِ ألا نتعلمُها، فقال: بلى ينبغي لِمَنْ سمِعها أنْ يتعلمَها»[1].

وعن أبي سعيد الخدري ﷺ قال: «دخل رسولُ اللهِ ﷺ ذاتَ يومٍ المسجدَ فإذا هو برجلٍ من الأنصارِ، يُقالُ له: أبو أمامةَ جالسًا فيه، فقال: "يا أبا أمامةَ، ما لي أراك جالسًا في المسجدِ في غيرِ وقتِ الصَّلاةِ؟ "قال همومٌ لزمتني وديونٌ يا رسولَ اللهِ، قال: "أفلا أُعلِّمُك كلامًا إذا قُلتَه أذهب اللهُ ﷻ همَّك، وقضَى عنك ديْنَك"، فقال: بلى يا رسولَ اللهِ، قال قُلْ: إذا أصبحتَ وإذا أمسيْتَ" اللَّهمَّ إنِّي أعوذُ بك من الهمِّ والحزنِ، وأعوذُ بك من العجزِ والكسلِ، وأعوذُ بك من البخلِ والجبنِ، وأعوذُ بك من غلبةِ الدَّينِ وقهرِ الرِّجالِ"، قال: فقلتُ ذلك فأذهب اللهُ ﷻ همِّي، وقضَى عنِّي دَيْني»[2].

---

(1) الحديث أخرجه أحمد في مسنده، وحكم أحمد شاكر على إسناده بالصحة.

(2) لا مطعن في إسناد هذا الحديث، وهو لا ينزل عن درجة الحسن، وقد يكون على شرط الصحيحين أو أحدهما، أخرجه المنذري في الترغيب والترهيب، وأخرجه الشوكاني في تحفة الذاكرين.

وفي الاستغفار أيضًا تفريج للهم وخلاص من الضيق، فعن رسول الله ﷺ أنه قال: «من لزِم الاستغفارَ جعل اللهُ له من كلِّ ضيقٍ مخرجًا ومن كلِّ همٍّ فرَجًا ورزقه من حيث لا يحتسِبُ»[1].

فهذه الأدعية إن ذكرها الإنسان دون علم بمعناها وتفقه في دلالتها كان تأثيرها ضعيفا عليه، قليل الفائدة؛ فالمسلم يحتاج إلى التأمل في معناها وأن يعرف مدلولها، وأن يحقق مقصودها؛ فإن فعل ذلك اطمأن قلبه، وذهب همه، وزال غمه، وانجلى حزنه؛ فإنها دواء نافع، وعلاج مبارك، وشفاء لما في الصدور من الاكتئاب.

وهذه الأدعية تشترك في تحقيق إخلاص التوحيد والبراءة من الشرك الذي خلق العبد لأجله، ووجد لتحقيقه؛ فلا زوال للهموم والغموم إلا إذا حقق العبد توحيد الطاعة والعبادة والإيمان بأسمائه وصفاته وبالقضاء والقدر، ولهذا نستفيد من هذه الأدعية وغيرها أن علاج الهم والغم ذكر الله وتوحيده وتنزيهه وتعظيمه، هذا هو علاج الهم والغم؛ لأن قلب الإنسان إذا انشغل بأعظم الأمور وأوجب الواجبات وأجل المقاصد وأعظم الغايات، وهو توحيد الله؛ ما بقي للغم والهم فيه مكان؛

---

(1) هذا الحديث لا ينزل عن درجة الحسن، وقد يكون على شرط الصحيحين أو أحدهما، أخرجه المنذري في الترغيب والترهيب من رواية عبد الله بن عباس رضي الله عنه.

لأنه منشغل بالتوحيد والإيمان[1].

رابعا: الدعاء، والأرق، والفزع في النوم

عن بريدة ﷺ قال: «شكا خالد بن الوليد ﷺ إلى النبي ﷺ فقال: يا رسول اللهِ ما أنام الليل من الأرق؛ فقال النبي ﷺ: إذا أويت إلى فراشك فقل: اللهم رب السموات السبع وما أظلت، ورب الأرضين وما أقلت، ورب الشياطين وما أضلت، كن لي جارا من شر خلقك كلهم جميعا أن يفرط علي أحد منهم، وأن يبغي علي، عز جارك وجل ثناؤك، ولا إله غيرك، ولا إله إلا أنت»[2]، وقال أيضًا ﷺ: «إذا فَزِع أحدُكم في النومِ فلْيَقُلْ أعوذُ بكَلِماتِ اللهِ التامَّاتِ من غضبِهِ، وعقابِهِ، وشرِّ عبادِهِ، ومن هَمَزاتِ الشياطينِ، وأن يَحْضُرون فإنها لن تَضُرَّه»[3].

وفي الدعاء قبل النوم نجد اللحن الهادئ الخفيف كقوله ﷺ: «يا فلانُ، إذا أَوَيتَ إلى فراشِك فقُلْ: اللهمَّ أسلَمتُ نفسي إليك، ووجَّهتُ وجهي إليكَ، وفوَّضْتُ أمري إليك، وألجَأْتُ ظهري إليك، رغبةً ورهبةً إليك، لا ملْجَأَ ولا مَنْجا

---

(1) انظر: أثر الأذكار الشرعية في طرد الهم والغم لعبد الرزاق بن عبد المحسن البدر، ص: 9-39، بتصرف.

(2) حديث غريب، أخرجه ابن حجر العسقلاني في الفتوحات الربانية من رواية بريدة ابن الحصيب الأسلمي ﷺ.

(3) حديث حسن غريب، أخرجه الترمذي في سننه من رواية جد عمرو بن شعيب ﷺ.

منك إلا إليك، آمنتُ بكتابِك الذي أنزلتَ، وبنبيِّك الذي أرسلْتَ»[1]، موسيقى الحديث.. "إنها تتناسب وجو النوم الهادئ الذي يهيئ الجو المأنوس المأمون الذي يُشعر صاحبه بالطمأنينة؛ لأنه سلّم نفسه إلى الله، ولأنه يتوجه ويلجأ إليه. ما أشبه هذا الحديث باللحن الحلو الذي يريح الأعصاب، ويمهد للنوم ... أضف إلى ذلك ترديد كلمة "إليك" التي هي بمثابة قفل ينهي الجملة، وكذلك فإن الدعاء ختم بمخاطبة الله ﷻ بصيغة المفرد، وبأفعال تنتهي بالتاء المهموسة التي تلائم جو الاسترسال في النوم"[2]. عكس الدعاء عند الحرب نجد اللحن الحماسي العنيف، فروي أن رسولَ اللهِ ﷺ كان يقولُ: «لا إلهَ إلا اللهُ وحدَه، أعزَّ جندَه، ونصرَ عبدَه، وغلَبَ الأحزابَ وحدَه، فلا شيءَ بعدَه»[3].

(1) أخرجه البخاري في صحيحه من رواية البراء بن عازب رضي الله عنه.

(2) الحديث النبوي لمحمد الصباغ، ص: 93.

(3) رواه الشيخان في صحيحيهما من رواية أبي هريرة رضي الله عنه. "وقد أشار القدماء إلى أن الألفاظ تنقسم في الاستعمال إلى ألفاظ جزلة وأخرى رقيقة، وأن من فصاحة التركيب المطابقة، وهي مراعاة الملاءمة بين جرس الألفاظ ومقصد الكلام، إذ إن لكل منهما موضعا يحسن استعماله فيه؛ فمن مقام يقتضي ألفاظا جزلة متينة، ومن مقام آخر يقتضي ألفاظا رقيقة رشيقة. [قال ابن الآثير في المثل السائر]: (فالجزل منها يستعمل في وصف مواقف الحروب، وفي قوارع التهديد والتخويف، وأشباه ذلك، وأما الرقيق منها فإنه يستعمل في وصف الأشواق وذكر أيام البعاد، وفي استجلاب المودات، وملاينات الاستعطاف، وأشباه ذلك..)"، (مقال التناسب الصوتي في الدعاء القرآني –دراسة صوتية– د. عبد العزيز أيت بها، مجلة بدايات، مجلة دولية محكمة تصدر عن كلية الآداب واللغات جامعة عمار ثليجي– الأغواط، مج: 1، ع: 4، فبراير 2020، ص: 60، بتصرف =

خامسا: الدعاء والصحة [النفسية والجسدية]

يقول د. "مايكل ماكلوف" من جامعة دالاس بالولايات المتحدة الأمريكية: "يتأثر الوجدان النفسي الروحي بالعالم الخارجي، ويؤثر في الجسد، ويمثل الإيمان والعبادة صمام أمان لتلك التأثيرات الطبيعية"، وقد أفضت دراسته إلى أن الطبيعة البشرية مصممة بحيث تحفظها العبادة في توازن تام وتقيها الاضطراب ... ويرى د. "أندرو نيوبيرج" أنّ: "المخ البشري ليس معدًا تشريحيًا ووظيفيًا فحسب للإيمان بالله وعبادته؛ وإنما هو أيضًا مهيأ عند قيامه بوظيفة العبادة لحفظ سلامة النفس والبدن، بتوجيه العمليات الحيوية خلال منظومة عصبية وهرمونية متشابكة"[1].

ويقال: "العقل السليم في الجسد السليم"، فمن مؤشرات الصحة النفسية سلامة الجسم وصحته؛ ولهذا كان رسول الله ﷺ يقول في دعائه: «اللَّهمَّ إنِّي أعوذُ بك من البرَصِ والجنونِ، والجُذامِ وسيِّئِ الأسقامِ»[2]. فهذا الدعاء يحفظ الصحة النفسية والبدنية لقائله ويجعله سعيدًا مطمئن النفس.

وقال ﷺ: «إذا دخلتُمْ على المريضِ فنفِّسوا له في أَجَلهِ فإنَّ ذلك لا يردُّ

= بسيط).

(1) مقال: الإيمان.. شفاء للنفوس والأبدان، د. محمد دودح، ص: 57، 59، بتصرف.

(2) الحديث إسناده صحيح، أخرجه النووي في كتابيه الأذكار، ورياض الصالحين، من رواية أنس بن مالك رضي الله عنه.

شيئًا ويطيِّبُ نفسَهُ»[1]، ويكون التنفيس في الأجل بالدعاء للمريض بالشفاء نحو: "عافاك الله أو أطال الله عمرك لنا"[2]، مما يدفع التشاؤم والقلق والهم عن نفسية المريض ويطيب خاطره ويشجعه.

سادسا: الدعاء والنسيان

من مشكلات الإنسان أنه معرض للنسيان، وهو أمر مضر به. يقول ﷻ: ﴿وَإِذَا مَسَّ ٱلْإِنسَٰنَ ضُرٌّ دَعَا رَبَّهُۥ مُنِيبًا إِلَيْهِ ثُمَّ إِذَا خَوَّلَهُۥ نِعْمَةً مِّنْهُ نَسِىَ مَا كَانَ يَدْعُوٓاْ إِلَيْهِ مِن قَبْلُ﴾ [الزمر: 8]، والمعنى أنه "إذا أصاب الإنسان ... شدة من فقر، ومرض، وبلاء، تضرع إلى ربه في إزالة تلك الشدة، مقبلا إليه مخبتًا مطيعًا ثم إذا أعطاه نعمة منه وفرّج عنه كربته نسي الضر الذي كان يدعو ربه ليكشفه"[3]، وقال ﷻ: ﴿أَمَّن يُجِيبُ ٱلْمُضْطَرَّ إِذَا دَعَاهُ وَيَكْشِفُ ٱلسُّوٓءَ وَيَجْعَلُكُمْ

---

(1) حديث حسن، أخرجه ابن حجر العسقلاني في تخريج مشكاة المصابيح، وأخرجه الترمذي في سننه، كلاهما من رواية أبي سعيد الخدري رضي الله عنه.

(2) اختلف العلماء في حكم الدعاء بطول العمر والذي يراه ابن باز وغيره أنه لا حرج بالدعاء بطول العمر للحديث الذي رواه البخاري في "الأدب المفرد" (653) (باب من دعا بطول العمر)، عن أنس رضي الله عنه قال: «كان النبي ﷺ يدخل علينا أهل البيت؛ فدخل يوما فدعا لنا؛ فقالت أم سليم: خويدمك ألا تدعو له؟ قال: اللهم أكثر ماله وولده وأطل حياته واغفر له»، وقد كره بعض العلماء إطلاق الدعاء بطول العمر دون تقييد بطاعة لله أو في الخير أو فيما يرضي الله وينسب ذلك إلى الإمام أحمد.

(3) تفسير ابن كثير: 66/4.

خُلَفَآءَ ٱلۡأَرۡضِۗ أَءِلَٰهٞ مَّعَ ٱللَّهِۚ قَلِيلٗا مَّا تَذَكَّرُونَ﴾ [النمل: 62].

وعليه فإنّ للتذكر[1] "أهمية عظيمة الشأن من الناحية الدينية، فتذكر الإنسان الدائم لله ﷻ، ولفضله ونعمه الكثيرة عليه في الحياة، وللآخرة ويوم الحساب وما ينتظره من ثواب أو عقاب، إنّ تذكر ذلك كله مهم جدا للإنسان؛ لأنه يدفعه إلى التقوى والعمل الصالح والتحلي بفضائل الأخلاق"[2].

وعلاج نسيان الإنسان لله ﷻ وغفلته عن الآخرة إنما يكون بالإكثار من ذِكره تعالى بصفة مستمرة حتى يكون الله حاضرًا في القلب على الدوام، لا يغفل الإنسان عن ذِكره لحظة، قال ﷻ: ﴿وَلَا تَقُولَنَّ لِشَيْءٍ إِنِّي فَاعِلٌ ذَلِكَ غَدًا۝٢٣ إِلَّا أَنْ يَشَاءَ اللَّهُ وَاذْكُرْ رَبَّكَ إِذَا نَسِيتَ وَقُلْ عَسَى أَنْ يَهْدِيَنِ رَبِّي لِأَقْرَبَ مِنْ هَذَا رَشَدًا۝٢٤﴾ [الكهف: 23-24]، فمداومة ذكر الله وتكراره حل عملي؛ لأن الكلام إذا تكرر تقرر، ومن دعاء الناسي في القرآن قوله ﷻ: ﴿رَبَّنَا لَا تُؤَاخِذۡنَآ إِن نَّسِينَآ﴾ [البقرة: 286].

سابعا: الدعاء والشعور بالظلم

قال الله ﷻ: ﴿لَّا يُحِبُّ ٱللَّهُ ٱلۡجَهۡرَ بِٱلسُّوٓءِ مِنَ ٱلۡقَوۡلِ إِلَّا مَن ظُلِمَۚ وَكَانَ ٱللَّهُ

---

(1) التذكر في معناه العام هو: استدعاء خبرة تم اكتسابها من قبل.
(2) القرآن وعلم النفس، ص: 209.

سَمِيعًا عَلِيمًا﴾ [النساء: 148]، في هذه الآية أباح الله للمظلوم أن يدعو بالشر على ظالمه؛ "لأن دعاء المظلوم فيه استشفاء لنفسه [من الشعور بالقهر، والغلبة، والتسلط المؤدي للكره، والبغض، والحقد، والغضب، وحب الانتقام] ... والله ﷻ يريد شفاء النفوس، فإذا كان هناك إنسان قد ظُلم.. فلا بد أن يكون له متنفس يخرج من قلبه ذلك الضيق والألم الذي سبّبه هذا الظلم.. الله ﷻ يبيح له بالتنفيس عن نفسه. فعندما يدعو تستريح نفسه، ويسكن قلبه ... وتهدأ مشاعره"[1].

ثامنا: الدعاء، والكسل، والخمول، والفتور

"يعتبر علم تدليك النقاط الانعكاسية في الجسم "الرفلكسولوجي" (Refloxolgy) من علوم الطب المكمل أو البديل، وهو علم مبني على وجود مسارات للطاقة الفسيولوجية غير مرئية في الجسم، وإن هناك نقاطا عديدة على سطح الجسم ترتبط بطاقة أجهزة وأعضاء الجسم الداخلية، ومعظم هذه النقاط يتركز في [...] الوجه واليدين [...]؛ وتدليك هذه النقاط يعيد التوازن والنشاط لأجهزة الجسم الداخلية، ويستثير القدرة الشفائية الذاتية للجسم، وينبني على قواعد هذا العلم عدة طرق علاجية أهمها: [...] العلاج بالتدليك.

وقد استخدمت هذه الطرق لعلاج كثير من الأمراض المزمنة: [...]

(1) الدعاء المستجاب شروطه وآدابه، ص: 106، بتصرف.

كالأرق، [...] والتوتر إلى غير ذلك؛ مما قد حقق نتائج علاجية جيدة، وتدليك هذه النقاط الانعكاسية بالضغط عليها؛ يخفف حدة التوتر الناشئ من ضغوط الحياة اليومية، وهي المسؤولة عن نشأة معظم الأمراض الجسدية، ويعيد للإنسان الشعور بالراحة والاسترخاء، وتدليك هذه النقاط أيضا ينشط الدورة الدموية واللمفاوية، وبالتالي يساعد على التخلص من المواد السامة والضارة في الجسم. وبما أنه خلال العمل اليومي للإنسان تنخفض طاقته وقدرته على العمل والتركيز ويزداد الشعور بالتعب والإرهاق من حين لآخر، فعند تدليك هذه النقاط يتجدد نشاطه وتعود إليه حيويته"[1].

إلّا أنّ العلاج بالتدليك يستلزم القيام بالعملية أكثر من مرة حتى يتحقق الشفاء، ولهذا فإن من السنة في الدعاء الإلحاح بالتكرار، والدعاء ثلاثًا[2]، ومسح الوجه باليدين بعد الدعاء، وفي تكرار تدليك النقاط الانعكاسية بالوجه تنشيط لجسم الإنسان؛ فيشعر بالحيوية والنشاط ويذهب عنه الفتور والخمول والكسل، وهو ما كان يتعوذ منه الرسول ﷺ قائلا: «اللَّهمَّ إنِّي أعوذُ بك من الهمِّ والحزنِ وأعوذُ بك من العجزِ والكسلِ»[3].

---

(1) مقال الوضوء من منظور علم النقط الانعكاسية، د. ماجدة عامر، مجلة الإعجاز العلمي في القرآن والسنة، ع. 10، ص: 28، بتصرف بسيط.

(2) «كان رسول الله [وفي رواية "النبي"] ﷺ يعجبه أن يدعو ثلاثًا ويستغفر ثلاثًا»، أخرجه أحمد في مسنده من رواية ابن مسعود رضي الله عنه وقال أحمد شاكر إسناده صحيح.

(3) سبق تخريجه، انظر ص: 42، الحاشية رقم: 2.

وعن عمر بن الخطاب ﷺ قال: «كان رسول الله ﷺ إذا مد يده في الدعاء لم يردهما حتى يمسح بهما وجهه»[1].

مسألة الدعاء وتعديل السلوك [من الكسل والخمول والفتور إلى النشاط والحيوية والفعالية]:

قال رسول الله ﷺ: «إنَّ في الليلِ لَساعةٌ، لا يوافقُها رجلٌ مسلمٌ يسأل اللهَ خيرًا من أمرِ الدنيا والآخرةِ، إلا أعطاه إياه، وذلك كلَّ ليلةٍ»[2]، وكذلك ذكَر يومَ

(1) أخرجه ابن حجر العسقلاني في بلوغ المرام، وقال: له شواهد ومجموعها يقتضي أنه حديث حسن، وأخرجه ابن همات الدمشقي في التنكيت والإفادة من رواية ابن عمر ﷺ بلفظ "لم يحطهما حتى"، وقال: لا ينزل عن درجة الحسن وإن كان أفرادها ضعيفة، وقال ناصر الدين الألباني: "وأما مسح الوجه بهما [أي: اليدين بعد الدعاء] فهو بدعة، وقال العز بن عبد السلام: لا يفعله إلا الجهال" (صفة صلاة النبي ﷺ، ص: 179، الهامش رقم: 7).

وقال ابن الجزري: "مسح [ﷺ] وجهه بيديه بعد فراغه من الدعاء لحديث (عبد الله) ابن العباس ﷺ يرفعه: «إذا سألتم الله فسلوه ببطون أكفكم، ولا تسلوه بظهورها، وامسحوا بها وجوهكم» رواه أبو داود والحاكم في صحيحه. [...] ورأيت بعض علمائنا وهو ابن عبد السلام في فتاويه أنكر مسح الوجه باليدين عقيب الدعاء، ولا شك عندي أنه لم يقف على شيء من هذه الأحاديث والله أعلم" (النشر في القراءات العشر، 2/456 – 463)، وبهذا يتبين أن مسح الوجه بعد الدعاء باليدين حق، لما في تكرار هذه العملية بعد الدعاء من تأثير إيجابي على الصحة.

(2) أخرجه مسلم في صحيحه من رواية جابر بن عبد الله ﷺ.

الجمُعةِ، فقال ﷺ: «فيه ساعةٌ، لا يُوافِقُها عبدٌ مسلمٌ، وهو قائمٌ يُصلِّي، يَسأَلُ اللهَ تعالى شيئًا، إلا أعطاه إياه، وأشار بيدِه يُقَلِّلُها»[1]، وقال أيضا ﷺ: «تَحَرَّوْا ليلة القدرِ في الوِتْرِ، من العشرِ الأواخرِ من رمضانَ»[2].

ولقد بين "الطاهر بن عاشور" في تفسيره علة إخفاء الأوقات الثلاثة لإجابة الدعاء قائلا: "وحكمة إخفاء تعيينها إرادة أن يكرر المسلمون حسناتهم في ليالٍ كثيرة توخيًا لمصادفة ليلة القدر، كما أخفيت ساعة الإجابة يوم الجمعة"[3]، إن في عدم تحديد الساعة التي في الليل والأخرى التي في يوم الجمعة، وعدم تعيين ليلة القدر، حكمة تتجلى في استخدام مبادئ تعديل السلوك؛ إذ أن النتيجة الطبيعية لعدم تحديدها هي زيادة نشاط المسلمين في الدعاء، على أمل أن يوافق إحدى هذه الأوقات، وهذا ما كان ليحدث في الغالب لو عينت هذه الأوقات الثلاثة حيث يكون الدعاء مستجابًا؛ إذ سيترك الدعاء إلى حين دخول الوقت المعين مما يؤدي إلى الكسل والخمول والتهاون وهو منهي عنه شرعًا.

* * *

(1) أخرجه البخاري في صحيحه من رواية أبي هريرة رضي الله عنه.

(2) أخرجه البخاري في صحيحه من رواية عائشة أم المؤمنين رضي الله عنها.

(3) تفسير التحرير والتنوير، للطاهر بن عاشور التونسي: 402/30، بتصرف بسيط.

خلاصة المبحث الثاني:

خلاصة القول في هذا المبحث، الدعاء: علاج نفسي، لاحظنا أنه "في الدعاء يقوم الإنسان بمناجاة ربه، ويبث إليه ما يشكوه وما يعانيه في حياته من مشكلات تزعجه وتقلقه، ويطلب منه أن يعينه على حل مشكلاته وقضاء حاجاته، وأنّ مجرد تعبير الإنسان عن مشكلاته التي تزعجه وتقلقه وهو في هذه الحالة من الاسترخاء والهدوء النفسي يؤدي أيضًا إلى التخلص من القلق، وهو تكوين ارتباط شرطي جديد بين هذه المشكلات وحالة الاسترخاء والهدوء النفسي فتفقد هذه المشكلات قدرتها على إثارة القلق تدريجيًا، وترتبط ارتباطًا شرطيًا بحالة الاسترخاء والهدوء النفسي وهي حالة معارضة للقلق.

وفضلا عن ذلك، فإن مجرد إفضاء الإنسان بمشكلاته وهمومه والتعبير عنها إلى شخص آخر يسبب له راحة نفسية، ومن المعروف بين المعالجين النفسيين أنّ تذكر المريض النفسي لمشكلاته وتحدثه عنها يؤدي إلى تخفيف حدة قلقه، وإذا كانت حالة الإنسان النفسية تتحسن إذا أفضى الإنسان بمشكلاته لصديق حميم، أو لمعالج نفسي، فما بالك بمقدار التحسن الذي يمكن أن يطرأ على الإنسان إذا أفضى بمشكلاته لله سبحانه وتعالى، وقام بمناجاة ربه، ودعائه، والاستعانة به، وطلب العون منه، لقوله عز وجل: ﴿إِيَّاكَ نَعْبُدُ وَإِيَّاكَ نَسْتَعِينُ﴾ [الفاتحة: 5].

أضف إلى ذلك أن مجرد الدعاء إلى الله سبحانه وتعالى والتضرع إليه يؤدي إلى تخفيف حدة القلق من ناحية أخرى؛ وذلك لأن المؤمن يعلم أن الله جل جلاله قال في

كتابه الكريم: ﴿وَقَالَ رَبُّكُمُ ٱدۡعُونِيٓ أَسۡتَجِبۡ لَكُمۡۚ﴾ [غافر: 60]، وقال أيضا ﷻ: ﴿وَإِذَا سَأَلَكَ عِبَادِي عَنِّي فَإِنِّي قَرِيبٌۖ أُجِيبُ دَعۡوَةَ ٱلدَّاعِ إِذَا دَعَانِۖ﴾ [البقرة: 186]، ولذلك كان الدعاء لله ﷻ يساعد على تخفيف حدة القلق؛ حيث يأمل المؤمن في استجابة الله ﷻ له في حل مشكلاته، وقضاء حاجاته ورفع الهم والقلق عنه"[1].

***



(1) القرآن وعلم النفس، ص: 288 – 289، بتصرف.

خاتمة

لقد تحقق من خلال هذا البحث الموجز أن الدعاء مخ العبادة، وأن العبادات مصالح للعباد[1]، وتتجلى إحدى هذه المصالح من عبادة الدعاء في كون هذا الأخير علاجًا نفسيًا ممتازًا للمؤمن، إذ يراعي عند تقديمه الحلول للحفاظ على الصحة -مثل: الأذكار، والاستغفار، والتوبة كعلاج نفسي للحزن، والكرب، والأرق، والنسيان- الدوافع والانفعالات الفطرية للسلوك الإنساني التي توصل إليها علم النفس حديثًا بعد الإسلام بأربعة عشر قرنًا؛ إذ إن الدعاء يتفهم مقدار تأثير هذه الدوافع والانفعالات في النفس البشرية؛ فلا يهملها ولا يتجاوزها نحو حلول مثالية؛ بل يسعى إلى حلول واقعية وذلك بالعمل على تأييد وصقل هذه الدوافع والانفعالات: كتأييد دافع الإخراج وصقله لدافع التدين، وتارة أخرى يسعى إلى تهدئتها وطمأنينتها مثل: انفعال الخوف وانفعال الندم، ونراه يقوم بتعديل آثار هذه الدوافع والانفعالات على السلوك الإنساني بتوجيهها إلى الأفضل (كما رأينا في انفعال الكره، وانفعال الإعجاب بالنفس وهذا ما لمسناه في إثارة الدافع بالترغيب والترهيب)، وحينًا آخر نراه يسهر على طمأنينة وتعديل

(1) حرصًا من الإسلام على ألا تتحول العبادات إلى عادات بعد إدراك حكمتها التشريعية ربطها بالنيات؛ لأن الله ما خلق الناس إلّا ليعبدوه، والدعاء هو العبادة أي مخها، فلا يستجاب للدعاء من قلب لاهٍ.

الانفعال (كانفعال حب الذات)، أو يقوم بتهدئة الدافع وصقله (كدافع الحب الأبوي)، وبهذا يثبت أن الدعاء كعبادة دينية مع علم النفس يتفقان في العديد من الحقائق –وإنْ كانا يختلفان في بعض المبادئ–، وأن الدعاء ليس فقط عبادة شرعية؛ بل وعلاج نفسي أيضًا. قال عَجَلَّ: ﴿وَءَاتَىٰكُم مِّن كُلِّ مَا سَأَلۡتُمُوهُۚ وَإِن تَعُدُّواْ نِعۡمَتَ ٱللَّهِ لَا تُحۡصُوهَآ﴾ [إبراهيم: 34].

وأخيرًا أقول لو لم يكن موضوعنا (الدعاء في ضوء علم النفس)، وكان (علم النفس في ضوء القرآن والحديث)، لاستخرجت من خلال الدعاء في القرآن دافعًا لم أر من سبقني إليه، حسب علمي المتواضع، والله أعلم، وهو دافع البنوة؛ لما له من علاقة وطيدة بالفصل الأول: (الدوافع الفطرية في الدعاء)، ولكن لمّا كان يجب إثبات هذا الدافع أولًا، ثم إدراجه في علم النفس ثانيًا، عدلت عن ذلك، لما يستلزمه من بحث خاص من أهل التخصص.

***

تم بحمد الله

ملحق: الشفاء بواسطة الدعاء[1]

قال ألكسيس كارل: "إن المجال العلمي ينظم كل ما يمكن رؤيته ويستطاع ملامسته. كما يمكنه أن يمتد بواسطة علم وظائف الأعضاء – حتى التجليات الروحية.

وعليه، فإنه من خلال مراقبة منهجية للرجل الذي يمارس الدعاء، يمكن أن نعلم على أي شيء تقوم ظاهرة الدعاء، وكيفية أدائها ونتائجها...

تعريف الدعاء: إن الدعاء بشكل عام هو تعبير عن شكوى متألمة، أو صرخة قلقة، أو طلب استغاثة.. إنه ارتفاع بالنفس نحو الله، كفعل محبة، وعبادة.. في محاولة للتقرب والاتصال.. ببارئ كل موجود.

إن الدعاء الحقيقي يمثل حالة روحية أسمى من أن تكون مجرد ترديد لعبارات وصيغ مكررة بدون معايشة عميقة، بل هو نوع من استغراق الوعي في الله سبحانه وتعالى ..

فالأقبال على الدعاء ينبغي أن يكون بكل كيان الإنسان وجوارحه، كما

(1) هذه خلاصة أقرب منها إلى المقتطفات بتصرف بسيط من كتاب: الدعاء، لألكسيس كارل (طبيب جراح فرنسي مسيحي)، اعتمدنا فيها على النشرة الثانية، الصادرة عام 1944 م؛ لأنها مزيدة ومعدلة، وقد ألحقناها بكتابنا إتماما للفائدة في الموضوع.

تكون المحبة. ولكن ما ينبغي التوقف عنده هو أن المرء لا ينبغي أن يكون خطيباً مفوّهاً لكي يكون مستجاب الدعاء.

هذا وإذا كنا نحكم على الدعاء من خلال نتائجه، فإن كلماتنا المتواضعة في التضرع والحمد تبدو أكثر قبولاً عند موجد الكائنات، من أي دعاء مليء بالتعقيدات والزخارف اللفظية.

إن بعض الصياغات التي تردّد آلياً هي شكل من أشكال الدعاء، وتشبه إلى حد ما لهب الشمعة.. إننا نكتفي من هذه الصياغات ومن هذه الشعلة المادية، أن ترمز لتوجه الكائن البشري نحو الله ﷻ.

هذا وإن أداء العمل تأدية صحيحة هو نوع من أنواع الصلاة والدعاء.

وهذه الأدعية تقوم على موضوعين أساسيين: الاستغاثة، والمحبة ..

هذا وإن الاستغاثة بالله سبحانه وتعالى لنحصل على ما نحن بحاجة إليه لَمَطلب مشروع لا غنى عنه.

وإن الدعاء عند الحاجة بإلحاح وإصرار لا يمكن أن يخيب ...

وفي صمت هذه الملذات الروحية يستطيع الناس أن يرتفعوا بتفكيرهم نحو الإله، فيريحوا عضلاتهم وحواسهم، ويهدئوا أعصابهم، ويجلوا بصيرتهم، ليجدوا من خلال ذلك القوة الروحية التي تساعدهم على تحمل مشاق حياتهم الصعبة،

التي تثقل كاهل حياة المدنية الحاضرة.

هذا وحين يغدو الدعاء عادة، يصبح ذا أثر قوي على الطباع. من أجل ذلك ينبغي أن نواظب على الدعاء.

وإن أسباب جهلنا – لقيمة الدعاء تعود بادئ ذي بدء إلى قلة مواظبتنا على الدعاء ومارستنا له.

كما أنّ التحلِّي بالورع والتقوى، هو في طريق الزوال عند متمدني اليوم.

لذلك، فإن نتائج الدعاء عندما تحدث – غالباً ما تمرّ دون أن نشعر بها.

وهكذا فإنّ إجابة مسألتنا ومردود محبتنا، يأتي عادة بشكل بطيء غير ملموس وتقريباً غير مستجاب.

هذا وإن نتائج الدعاء المادية غامضة هي نفسها أيضاً، إذ أنها تختلط على العموم بظاهرات أخرى..

فقليل من الناس –حتى بين رجال الدين أنفسهم– هم أولئك الذين تتاح لهم فرصة مراقبة تلك النتائج بصورة دقيقة.

تلك النتائج غالباً ما يتركها الأطباء أنفسهم بسبب قلة الفائدة، يتركونها دون أن يعمدوا إلى دراسة هذه الحالة التي تكون بمتناول أيديهم.

ومن بين النتائج التي لا تحصى للدعاء تتاح الفرصة أمام الطبيب لكي يراقب العلاقات الوثيقة بين المظاهر النفسية والبدنية والعلاجات الشافية لها...

فلا شك أن الدعاء يؤثر على الفكر وعلى الجسد.. ذلك أنه من السهل أن نتعرف على آثار ممارسة الدعاء.. حتى عندما يكون الدعاء ضعيف القيمة، ويعتمد على الترديد الآلي للصيغ الدعائية فإنه يترك أثراً على السلوك الإنساني..

إن تأثير الدعاء يمكن أن يقارن بشكل من الأشكال بتأثير الغدد الصماء ذات الفرز الداخلي، كالغدة الدرقية والغدة الكظرية.

إنها تقوم على نوع من التحول الذهني والعضوي. هذا التحول يتقدم يوماً بعد يوم، وهكذا شيئاً فشيئاً يصبح عند من يمارس الدعاء نوع من الطمأنينة الباطنية، ونوع من الانسجام في النشاطات العصبية والأخلاقية، كما يقوم عنده نوع من التجلد الكبير لتحمّل الفقر، وترفع عن النميمة، وعدم استسلام للهواجس المريبة، وتتولد عنده قدرة روحية لا تتركه يتضعضع أو يضعف أمام فقدانه لأحد من ذوي قرباه، ولا يهون أمام الألم والمرض والموت.

هذا وإن الطبيب ليسعد أيضاً، حين يجد مريضاً ينكب على الدعاء، ذلك أن الطمأنينة النفسية التي تتولد عن طريق الدعاء تكون عوناً عظيماً على الشفاء والمعاناة.

ومع ذلك فإن الدعاء ينبغي ألا يشبه في حال من الأحوال (المورفين).

ذلك أنه يسبغ –إلى جانب الطمأنينة النفسية، وفي الوقت عينه– نوعاً من التكامل لدى النشاطات الذهنية، المختلفة، وهكذا فإن الدعاء يرفع الناس فوق مستواهم الذهني، الذي ينتمون إليه، سواء بالتربية أو بالوراثة.

هذا الاتصال الروحي بالله –عبر الدعاء– يغمرهم بالسلام والثقة بالنفس، في الحالة المرضية التي لا يمكن فيها تطبيق العلاج على الشخص المريض، أو عندما نطبقه ولكن بدون جدوى وبدون أن تعطي النتائج الشفائية المرجوّة، في هذه الحالة يمكن أن نلاحظ دور الدعاء الأكيد في شفاء الأمراض المستعصية. إن المكتب الطبي التابع لـ (لورد) Lourdes، أدى خدمة كبيرة للعلم عندما برهن على أن حقيقة شفاء كثير من الأمراض المستعصية كان بفضل الدعاء وحده..

وهكذا فإن للدعاء قوة سريعة في الشفاء حتى يمكن تشبيهها بسرعة الانفجار.

وعلى العموم فإن ممارسة الدعاء تقوم على أن الله سبحانه وتعالى يسمع دعاء الانسان ويستجيب له ..

إن نتائج الدعاء ليست وهماً وخداعاً. كما أنه لا ينبغي أن نحصر الانكباب على الدعاء بأوقات الخوف والقلق اللذين يسيطران على الإنسان أمام الأخطار التي تحدق به، أو أمام غموض العالم وخفاء أسراره.

كذلك فإنه من اللزام علينا ألا نجعل (الدعاء) بكل بساطة، جرعات دواء مسكّن نتناوله عند القلق، ولا دواء ضد مخاوفنا من العذاب، أو من السقام والموت.. [لأنه عبادة ومحبة لله].

فأي مكانة للدعاء في حياتنا؟

في الواقع إن مكانة الدعاء هذه شديدة الأهمية في حياة الإنسان".

– [اهـ] –

❋ ❋ ❋

المصادر والمراجع

- المراجع العربية:

1. **أثر الأذكار الشرعية في طرد الهم والغم:** لعبد الرزاق بن عبد المحسن البدر، طبعة عذراء، المدينة المنورة، 1431 هـ، 40 ص.
2. **آدم** عليه السلام **فلسفة تقويم الإنسان وخلافته:** البهي الخولي. مكتبة وهبة، ط/3- 1974 م.
3. **أساسيات وأصول علم النفس:** أ.د. نجاة عيسى حسين إنصورة، كنوز للنشر والتوزيع، ط/1- 2015 م، 420 ص.
4. **الإنسان وجوده خلافته في الأرض في ضوء القرآن:** عبد الرحمن المطرودي، مكتبة وهبة، ط/1- 1990 م.
5. **تفسير ابن كثير**، دار الجيل، دون تاريخ.
6. **تفسير التحرير والتنوير:** للطاهر بن عاشور التونسي، الدار التونسية للنشر، ط 1984 م.
7. **الجامع لأحكام القرآن:** تفسير القرطبي، تحقيق أحمد البردوني وإبراهيم أطفيش، دار الكتب المصرية، ط/2- 1964 م.
8. **الحديث النبوي وعلم النفس:** د. محمد عثمان نجاتي، دار الشروق، ط/1- 1989 م.
9. **الحديث النبوي: مصطلحه، بلاغته، كتبه**، محمد الصباغ، المكتب

الإسلامي، ط/3- 1977 م.

10. **الدعاء المستجاب شروطه وآدابه:** محمد متولي الشعراوي، دار القلم [د.ت].

11. **صحيح البخاري**، تحقيق طه عبد الرؤوف سعد، الدار الذهبية، [د.ت].

12. **صحيح مسلم**، الدار الذهبية، [د.ت].

13. **صفة صلاة النبي** ﷺ، ناصر الدين الألباني، مكتبة المعارف، ط/2- 1996 م.

14. **علم النفس معرفة النفس الإنسانية في الكتاب والسنة**، سميح عاطف الزين، دار الكتاب المصري بالقاهرة، ودار الكتاب اللبناني ببيروت، ط/2- 2008 م، 2 ج.

15. **فقه الدعاء في ضوء القرآن والسنة:** كريم امصنصف، مخطوط (2001 م).

16. **القرآن وعلم النفس:** د. محمد عثمان نجاتي، دار الشروق، ط/7- 2001 م.

17. **قواعد الأحكام في مصالح الأنام:** للعز بن عبد السلام، دار الكتب العلمية، ط/1- 1999 م.

18. **مدخل على علم النفس:** لعماد عبد الرحيم الزغلول، وعلي فالح الهنداوي، مراجعة: ماهر أبو هلال، وفدوى المغيربي، دار الكتاب الجامعي – الإمارات، ط/8- 2014 م، 517 ص.

19. **النشر في القراءات العشر:** لابن الجزري، دار الكتب العلمية، [د.ت].
20. **معجم اللغة العربية المعاصرة:** أحمد مختار عمر بمساعدة فريق عمل، عالم الفكر، ط/1- 2008 م، 4 ج.

- **الدوريات والمجلات:**

1. مقال **الوضوء من منظور علم النقط الانعكاسية**، د. ماجدة عامر، مجلة الإعجاز العلمي في القرآن والسنة، فصلية ع. 10، رجب 1422 هـ.
2. مقال **الإيمان.. شفاء للنفوس والأبدان**، د. محمد دودح، مجلة الإعجاز العلمي في القرآن والسنة، فصلية ع. 28، رمضان 1428 هـ.

- **المراجع الأجنبية:**

1. **Les prodigieuses victoires de la psychologie moderne**, pierre daco, Ed. marabout en 1973, p.442.

2. **L'invocatio exaucée** par Ahmed Abdul Jawad traduit en français par Saïd al – Laham Ed. dar el fiker.

***

فهرس المحتويات

كريمكناس79 ناشرون

نلتقي لنرتقي من النفق إلى الأفق حيث متعة المعرفة

عزيزي القارئ الكريم، السلام عليكم ورحمة الله وبركاته.

بداية نشكر لك قراءة كتابنا هذا الذي بين يديك.

وبعد؛ رغبة منا في تواصل بناء بين كريمكناس79 ناشرون والقارئ، يسرنا أن ترسل لنا ملاحظاتك واقتراحاتك النافعة، عبر الكود أسفله الذي سينقلك إلى صفحة بموقعنا الإلكتروني لملء الاستمارة، ولكم جزيل الشكر المسبق على حسن تعاونكم، ودمتم..

فضلا وليس أمرا امسح الكود التالي:



استدراك:

....

....

....

....

....

....

جدول الأخطاء المطبعية:

وكم من كتاب تصفحته *** وقلت في نفسي أصلحته

حتى إذا طالعته ثانية *** وجدت تصحيفا فصححته

الصفحة	السطر	الخطأ	الصواب